دماغي طاقت جا راز



هئري لورين

عطا محمد ڀنڀرو

دراوڙ پبليڪيشن

دماغي طاقت جا راز

[SECRETS OF MIND POWER]

هنري لورين

عطا محمد ڀنڀرو



دراوڙ پبليڪيشن
حيدرآباد
2000ع

دماغي طاقت جا راز
SECRETS OF MIND POER

ليکڪ: هئري لورين
مترجم: عطا محمد ڀنڀرو
پروف ريڊنگ: خان محمد ميمڻ
ڪمپوزنگ: راڻو ميگهواڙ
ڇاپو: ڦيبروري 2000ع
ڇپائيندڙ: دراوڙ پبليڪيشن، حيدرآباد
ڇاپيندڙ: سومل پرنٽنگ پريس، الفريد اسڪوائر، واڌو واهه، قاسم آباد، حيدرآباد

لکپڙهه ۽ وي. پي ذريعي گهرائڻ لاءِ
دراوڙ پبليڪيشن
44- هيپي هومز، قاسم آباد،
حيدرآباد، سنڌ. 71000

DIMAGHI TAQAT JA RAZ
Written by. HARRY LORAYNE
Tranlated by. ATTA MOHAMMAD BHANBHRO
Phublished by: DRAVAR Publication, Hyderabad, Sindh, Pakistan.
Price Rs. 90/=

پنوتري

انتساب

آءٌ هيءَ پنهنجو پورهيو ٺٽي جي مشهور ڏاهي آخوند محمد صالح ڏانهن منسوب ڪريان ٿو، جنهن سترهين صديءَ ۾ مغل سامراج جي نظامِ تعليم خلاف بغاوت ڪري پنهنجي ڌرتي جي ٻولي سنڌي ڪي ذريعہ تعليم طور رائج ڪيو هو.

عطا محمد ڀنڀرو

هنگورجا

مھاڳ

ڪجهہ وقت اڳ فريڊيرڪ فيل (Frederck Fell) نالي هڪ اداري منهنجو ڪتاب ڇاپيو هو جنهن جو عنوان هو، ”حافظي کي ڪهڙي ريت وڌائي انتهائي ڪمال درجي تي پهچائي سگهجي ٿو“ How to develop a Super Power Memory. هن ڪتاب جي شايع ٿيڻ ڪري مون کي ڏاڍي خوشي ٿي هئي. ڇاڪاڻ تہ هن موضوع تي شايع ٿيل سينې ڪتابن کان وڌيڪ سندم ڪتاب وڪرو ٿيو هو.

هن مان اهو ثابت ٿيو هو تہ جيڪو ڪجهہ آءٌ سوچي رهيو هوس سو بلڪل صحيح هو. پنهنجي جاڪوڙ جي ميدان ۾ هر طبقي جا ماڻهو پنهنجي ذهني صلاحيتن کي منظم ڪرڻ ۽ طاقتور بڻائڻ ۾ تمام گهڻي دلچسپي وٺي رهيا آهن. مان هن ڳالهہ جو پڪو حامي آهيان (Mental organisation) تہ فڪري صلاحيت ۽ فڪري تنظيم جوڙڻ ۾ تربيت يافتہ حافظو (Trained Memory) نهايت اهم ڪردار ادا ڪندو آهي. هن کان سواءِ ٻيا بہ ڪيترا عنصر هن ۾ حصو وٺندا آهن. هي ڪتاب بہ گهڻو تڻو مذڪوره عنصرن سان تعلق رکي ٿو. پر ان سان گڏ حافظي جي موضوع کي پڻ ڪونہ وساريو ويو آهي.

منهنجي سوچ ۽ فڪر موجب خوشحال ۽ ڪامياب ماڻهو اهي آهن جيڪي تربيت يافتہ ذهن ۽ منظم فڪري صلاحيت جا مالڪ هوندا آهن، جن کي آءٌ سوچ فڪر جي مشين پڻ سڏيندو آهيان. مان ابتدا کان شروع ڪري توهان کي ثابت ڪري ڏيکاريندس ۽ توهان پاڻ هڪ ننڍڙي ۽ سادي تجربي وسيلي هن ڳالهہ کي آزمائي ڏسو. مان اهو ثابت ڪرڻ چاهيان ٿو تہ توهان هڪ شام جي مختصر عرصي دوران پنهنجي منظم اعليٰ فڪري طاقت جي آڌار تي هڪ حقيقي قسم جي اهڙي طاقتور حافظي جا مالڪ ٿي سگهو ٿا، جو ماڻهو توهان کي جادوگر سمجهڻ شروع ڪري ڏيندا. هن ڳالهہ کي ٻين لفظن ۾ هن ريت بہ ورجائي سگهجي ٿو تہ هن ڪتاب جي ڇن ڇن صفحن پڙهڻ ۽ هڪ اٽڪل تي مهارت ڪرڻ کان پوءِ جاڳي رات جو پنهنجي گهر جي ڀاتين ۽ دوستن کي حيران ڪري سگهو ٿا. اهو هن ريت آهي تہ صفحہ

(6)

دماغي طاقت جا راز

144 تائين پنا اٿلائيندا وڃو ۽ اتان صفحہ 147 تائين پڙهڻ شروع ڪريو. هنن ٿورن صفحن وسيلي توهان کي پنهنجي حافظي جا سارا راز معلوم ٿي ويندا. هن طريقي کي توهان فقط هڪ ڀيرو عملي طور بہ آزمائي ڏسو. توهان پنهنجي گهر ڀاتين کي سڏ ڪريو ۽ پنهنجي ڪم جي شروعات لاءِ سندن منهن کي غور سان جاچڻ پرکڻ شروع ڪريو.

توهان کي ڊرامائي طور تي ڪن پل ۾ اها ڄاڻ ملي ويندي تہ منظم فڪري طاقت (Mind Power) هڪ اتڪل آهي. توهان اها اتڪل جهٽ پٽ ۾ ڏاڍي سولائي سان سکي سگهو ٿا، جيڪا هن ڪتاب پڙهڻ کان اڳ توهان ڏاڍي ڏکي سمجهي هوندي.

هن قسم جي اتڪل آزمائڻ کان پوءِ توهان ڏاڍا خوشحال انسان ٿي ويندئو ۽ پنهنجي دماغ مان تمام گهڻو حاصل ڪري سگهندئو. هن حقيقت ۾ ڪنهن بہ شڪ شبهي ڪرڻ جي گنجائش موجود ڪانہ آهي. فقط اهو پڪو پهہ ڪريو تہ هيءَ ڳالهہ حقيقت ۾ سچ آهي تہ سگهندئو پنهنجي دماغ جي طاقت کي ڪتب آڻڻ جو هي مناسب موقعو آهي. سموئل جانسن (Samual Johnson) لکيو آهي تہ، ”خوشين جو جهرڻو (چشمو) پنهنجي اندر (سوچ فڪر) مان ڦٽي نڪرندو آهي. جنهن ماڻهوءَ کي پنهنجي ذات کان سواءِ، ڪنهن تبديليءَ مان خوشي حاصل ڪرڻ ناتي انساني سڀاءَ جي ڄاڻ ڪانہ هوندي، تہ اهڙي ماڻهوءَ جي ساري زندگي اجائي جاکوڙ ۾ گذري ويندي آهي، هو جتن تہ ڏکن سورن کي دور ڪرڻ لاءِ ڪندو آهي، پر اهي ڪئين ٻدران ويتر ڀيا وڌندا آهن.“

– هئري لورين

باب پھريون

مڪمل مھارت حاصل ڪرڻ واسطي پنھنجي اعليٰ فڪري صلاحيت کي منظم ڪرڻ گھرجي

> اعليٰ فڪري صلاحيت Mind سيني لاءِ ھڪ وڏو بيرم Lever آھي.
> انساني سوچ ھڪ اھو سلسلو آھي جنھن وسيلي انساني مقصد
> نيٺ پورا ٿيندا آھن. **(ڊينئل ويبسٽر)**

دنيا ۾ فقط ھڪ شيءِ اھڙي آھي جيڪا توھان کي ڏنڊي، سماجي ڏيتي ليتي ۽ خود سياتي جي بدنظمي ۽ افراتفريءَ کان بچڻ ۾ واھر ڪندي ۽ اھا شيءِ آھي منظم ھئڻ جي سگھہ (Organisation) ھن کان سواءِ ھر شيءِ تباھہ ٿي ويندي، سڪيا نہ رھندي، سائنس نہ رھندي، علم نہ رھندو، لکڻ نہ رھندو، تخليقي سوچ نہ رھندي، مقابلن وارا ڏند نہ رھندا، بلڪ ھر شيءِ تباھہ ٿي ويندي.

مان سمجھان ٿو تہ ھيءَ ڳالھہ اوھان سڀ چڱيءَ ريت سمجھي سگھو ٿا. جمڻ واري گھڙيءَ کان وٺي ساري زندگي تنظيم سان گڏ ھلندي آھي. بلڪ ائين بہ چئي سگھجي ٿو تہ ماءُ کي پيٽ ٿيڻ شرط تنظيمي عمل شروع ٿي ويندو آھي. ھي دنيا جنھن ۾ اسان رھون ٿا، ھيءَ ڪائنات يا اسان جي چوڌاري موجود ھر شيءِ ھڪ تنظيمي روپ ۾ موجود آھي. اسان جون سڀ سرگرميون پوءِ اھي پنھنجي پيٽ پارڻ لاءِ ھجن يا دل وندرائڻ يا پنھي مقصدن لاءِ انھن ۾ رٿابنديءِ ۽ تنظيم موجود ھوندي آھي.

ھڪ ڳور ھاري عورت حمل سان لاڳاپيل خاص ماھرن ڊاڪٽرن جي صلاح مشوري سان غذائي علاج ۽ ڪِرِي ڪندي آھي. ٻار جمڻ کان پوءِ خاص طريقي سان کير پياريو، وھنجاريو، سمھاريو ۽ آرام ڪرايو ويندو آھي. ھيئنءَ بہ چئي سگھجي ٿو تہ ٻارڙي جي کاڌ خوراڪ سوچيل ويچاريل مرڪب جي اصول مطابق ھوندي آھي. جڏھن ٻار اسڪول وڃڻ شروع ڪندو

آهي تہ هن کي وڏيڪ ضبط، رٿابندي ۽ تنظيم کي منهن ڏيڻو پوندو آهي. اهو سلسلو ان وقت تائين جاري رهندو آهي جيستائين ڪانڌي سندس لاش کي هڪ منظم نموني مسان ڪٺي وڃي سندس آخري رسمون ادا ڪندا آهن. تنهن ڪري اسان کي پنهنجي ماءُ جي پيٽ ۾ رهڻ کان وٺي مرڻ تائين اڳتي نڪرڻ جي مقصد سان منظم طبقي سان جاکوڙ ڪرڻي آهي ۽ هر ڏک سک جي هر سرگرميءَ ۾ حصو وٺڻو آهي. تنهن ڪري سڀ کان پهريائين اسان کي سوچڻ ويچارڻ نهايت ضروري آهي.

منهنجو اهو هرگز مطلب نہ آهي تہ توهان رڳو پنهنجي ڏندي ڏاڙي جي واڌ ويجهہ يا پنهنجي نوڪري جي ترقي لاءِ منظم طريقي سان سوچ ويچار ڪريو، توڙي جو هن ساري وايومنڊل جو هيءَ هڪ اهم حصو آهي. پر منهنجو چوڻ هيءَ آهي تہ توهان پنهنجي اعليٰ فڪري طاقت کي حياتيءَ جي سرگرمي ۾ منظم طريقي سان ڪم آڻيو. جيڪڏهن توهان پنهنجي زندگيءَ کي هڪ چوائيءَ مطابق گلابي رنگ جي عينڪ (توڙي جو انهن جيَ پڻ اهميت آهي) بدران هڪ منظم اعليٰ فڪري طاقت جي اک سان ڏسندئو تہ پڪ آهي تہ توهان بدتري ۽ معتبريءَ جي نالي، سيني کان وڌيڪ سوڀ ۽ سرهائي ماڻي وٺندئو.

جيڪڏهن توهان اعليٰ فڪري سگهہ کي باضابطہ طريقي سان منظم ڪرڻ ۾ سوڀارو ٿيندئو تہ توهان جڻ پنهنجي حياتيءَ کي منظم ڪرڻ ۽ مشڪلات هوندي ڪاميابي سان گذارڻ جي لائق ٿيندئو ۽ هن ڪتاب کي بہ هن ئي مقصد ڏانهن منسوب ڪيو ويو آهي.

توهان پنهنجي اهليت جا پاڻ ماهر ٿيو

اعليٰ فڪري طاقت کي منظم ڪرڻ جي معنيٰ آهي ان تي ضابطو رکڻ. چارلس ڊارون (Charles Darwin) جو قول آهي تہ، ”اخلاقي تمدن ۾ اهم امڪاني مرحلو اهو هوندو آهي جڏهن اسان تسليم ڪندا آهيون تہ اسان کي پنهنجي خيالن تي ضرور ضابطو رکڻ گهرجي.“

تجارت ۽ ڪاروبار، تنظيم جي اهيمت کي گهڻو اڳ تسليم ڪري چڪا آهن. اهو ئي ڪارڻ آهي جو تجارتي ڪارڪردگيءَ ۾ تمام گهڻا ماهر موجود آهن. هي تنظيم ڪاري جي ماهر هئڻ Expert in Organisation جو ٻيو نالو آهي. ڪارڪردگي جي انجنيئرن ۽ ڪارڪردگي جي صلاحڪارن بابت پڻ ساڳي ڳالهہ چئي سگهجي ٿي. بنيادي طور تي تنظيم جي سولي سهنجي معنيٰ نظام سازي Systamization آهي. اوهان ڪڏهن هوٽل جي بورچيءَ کي

منجهند جي مانيءَ مهل گراهڪن جي پيهه دوران تڪڙن حڪمن کي منهن ڏيڻ لاءِ ڪم ڪندي ڏٺو آهي. جيڪڏهن توهان کي اهڙو موقعو ملي ته ان کي ڏاڍي ڌيان سان ڏسجو. ان وقت سندس هر وڪ يقين ٿيل مقصد لاءِ هوندي آهي. ضرورت واري هر شيءَ اهڙي سهنجائتي نموني رکيل هوندي آهي. جو وٽس اک ڇنڀ ۾ پڄي سگهندو آهي. تمام ويجهو ۽ اهڙين ڳالهين کي ڪتب آڻڻ جو ڪيس ڊگهو تجربو هوندو آهي. هو انهن شين جي طرف ۽ فاصلي کان ايترو ته گهڻو واقف هوندو آهي، جو سندس هٿ بنا ڏسڻ جي سولائي سان گهربل شيءَ تائين پهچي ويندا آهن.

هوٽل جي ڪائونٽر تي ويٺل ماڻهو حڪم ڏئي ٿو ”ٽ ۽ ٽ“ يعني ٽوسٽ تي گوشت ۽ ٽماٽو، سندس اهو آرڊر ٻڌڻ شرط هوٽل جو ترت حاضر نوڪر ٽوسٽ تي مانيءَ جا ٻه، ٽڪر ڌري ٽماٽي جا ٻه ڳترا ڪٽي اڳتي نڪري وڃي ٿو. هي اهو ڪم هلندي هڪ ئي جهٽڪي ۾ ڪري وٺي ٿو.

جيڪڏهن ڪيس آئن جو حڪم ملي ٿو ته هو پنهنجي ڪم کي ٿوري وقت لاءِ ڇڏي ٻه آنا ڪٽي ٿو. هن ڪم ۾ ڪيس ٿوري دير لڳي وڃي ٿي. حقيقت اها آهي ته آنا ڪجهه وٿيرڪا رکيل آهن. حڪم ملڻ کان پوءِ ياد ڪرڻ ۾ ڪيس ڪن پل وڌيڪ لڳي وڃي ٿو. جيڪڏهن ڪيس سڏي هڪ ئي وقت گهڻا آرڊر ڏنا ويندا ته هو هڪدم وائڙو ٿي ويندو، ماهر ۽ ترت حاضر Short- Order بورچي کي هر هڪ آرڊر جو هڪ اهم جز ياد ڪرڻو پوندو آهي ۽ حڪم ملڻ شرط ان مطابق ڪم شروع ڪري ڏيندو آهي.

ترت حاضر Short- Order بورچي ٿيڻ لاءِ منظم طريقي يا پنهنجي خاص نظام جي اصول جو ماهر ٿيڻو پوندو آهي. هر قسم جي سرگرميءَ ۾ پڻ ساڳيو اصول ڪتب آڻڻ کپي. جڏهن ڪو به ڪم ڪجي ته جلديءَ ۾ ڪجي ۽ مهارت سان ڪجي، سولائي سان ڪجي ۽ تمام بهتر طريقي سان ڪجي، اهڙيءَ ريت سوچجي ويچارجي به نهايت منظم طريقي سان. ڪنهن ڪم جي اڳواٽ تياري لاءِ ترت حاضر بورچيءَ جو مهارت سان ڪم ڪرڻ جو مثال آڏو رکڻ کپي، جيڪو تنظيم لاءِ پهرين قدم جي حيثيت رکي ٿو. تياري Perparation، اڳتي وڌڻ جي رٿابندي Planning Ahead اڳڪٿي Anticipating ٿورين گهڙين ڏڪاين لاءِ پاڻ کي تيار ڪرڻ، اهي سڀ تنظيم Organisation سان هڪ جهڙائي رکندڙ ڳالهيون آهن.

هيءَ ڪتاب به مان انهيءَ مقصد سان لکيو آهي ته جيئن مان سوچ ۽ فڪري تنظيم سازي ۾ اوهان جي سهائتا ڪري سگهان. مان اوهان لاءِ هيءَ

دماغي طاقت جا راز

سڀ ڪجهہ انهي لاءِ ڪري رهيو آهيان ڇاڪاڻ تہ ڊون مارڪئس Don Marquis جو قول آهي تہ جيڪڏهن اوهان ماڻهن کي انهن ڳالهين ڏانهن ڌيان ڏيارينديؤ، جن بابت هو اڳيئي سوچي رهيا آهن، تہ هو توهان سان پيار ڪندا، پر جيڪڏهن اوهان ماڻهن کي سوچڻ تي مجبور ڪندا تہ هو اوهان کا نفرت ڪرڻ شروع ڪري ڏيندا. سو هاڻي مان چاهيان ٿو تہ ماڻهو مون کان نفرت ڪن، ڇاڪاڻ تہ نظر ائين اچي رهيو آهي تہ ماڻهو ڪجهہ سُست ٿي ويا آهن ۽ ڪک پيچي ٻيٿو ڪرڻ بہ ڪونہ ٿا چاهن، تنهن ڪري آءٌ اهڙي ڪوشش ضروري پيو سمجهان تہ جيئن هو ڪرو ۽ صاف سوچين ۽ منظم نموني فڪر ڪن پوءِ پلي اهي ڪاوڙجي پون.

اجوڪي ڏينهن ۽ هن دور ۾ سوڀ لاءِ اهليت ۽ تنظيم ڏاڍي ضروري ٿي پئي آهي، مون کي ڏسڻ ۾ ائين اچي ٿو تہ ڪير بہ ماڻهو پاڻ کي نااهل ڏسڻ ڪونہ ٿو چاهي، خاص طور تي جڏهن ڪا شيءِ هن جي لاءِ ڪئي پئي وڃي. بنيادي طور تي فقط هڪ ماڻهو ذميوار نظر اچي ٿو تہ توهان کي ڪيئن سوچڻ کپي ۽ توهان جي فڪري طاقت ڪهڙي طريقي سان ڪم ڪري رهي آهي. اهو ماڻهو فقط توهان آهيو.

هيءَ حقيقت آهي تہ هيءَ ڪتاب توهان اجان هاڻي پڙهڻ شروع ڪيو آهي. اهو توهان جو منظم فڪري طاقت واري مقصد ڏانهن پهريون قدم آهي، توهان کي منظم طريقي سان ،سوچڻ ۾ دلچسپي وٺي رهيا آهيو. ڪنهن شيءَ کي سکڻ لاءِ دلچسپي نهايت ضروري هوندي آهي.

سکڻ لاءِ ٻي ضروري شيءَ هيءَ آهي تہ ان لاءِ توهان کي ڪجهہ ڪرڻ گهرجي. جڏهن توهان هي ڪتاب هٿ ۾ ڪنيو تہ گهٽ ۾ گهٽ توهان ڪا شيءِ ڪئي. بدقسمتيءَ جي ڳالهہ هيءَ آهي تہ دنيا جا گهڻا ماڻهو ڳالهين جا ڳهير هوندا آهن پر ڪندا ڪجهہ بہ ڪونہ آهن. وٽن رڳو سڌون يا خواهشون وڏيون هونديون آهن. اها افسوس ناڪ ڳالهہ بہ آهي تہ حقيقت بہ، تہ ڪيترن ماڻهن کي مدد جي ضرورت هوندي آهي. پر گهڻا ماڻهو اهڙا بہ هوندا، جيڪي ڪجهہ حاصل ڪرڻ لاءِ ڪا ڪوشش ئي ڪانہ ڪندا آهن.

جن ماڻهن کي پوري ٻتيهي هوندي سي سال ۾ بہ ٻيرا ڏندن جي ڊاڪٽر وٽ ويندا آهن. ڪي ماڻهو اهڙا بہ آهن جيڪي ٻتيهيءَ هوندي بہ ڊاڪٽر ڏي ڪڏهن ڪڏهن ويندا آهن.

ڪنهن طبقي جي اها عادت هوندي آهي جو ڪيس نفسيات جي ماهر جي مدد جي ضرورت هوندي آهي، پر پوءِ بہ هو اهڙي ڳالهہ قبول ئي ڪانہ ڪندا

آهن ۽ نہ وري اهڙي مدد حاصل ڪندا آهن. جيئن تہ منهنجو مکيہ ڪم "حافظو" آهي. تنهن ڪري مان رڳو ڳالهين جي ڳهير ۽ خواهش ڪرڻ تائين محدود ماڻهن وٽ سدائين ويندو رهندو آهيان.

منهنجي هڪ پيري جي دليلن ۽ ثابتين ڏيڻ کان پوءِ جن ماڻهن جو حافظو سنو آهي، سي بہ حافظي تي لکيل منهنجو ڪتاب ضرور خريد ڪندا.

مون کي اهڙا ماڻهو گهٽ مليا آهن جيڪي چوندا هجن تہ، "منهنجو حافظو دنيا جي ماڻهن جي ڪمزور حافظن کان بہ گهڻو ڪمزور آهي، هن معاملي ۾ منهنجي ڪابہ شيءِ مدد ڪري ڪانہ ٿي سگهي." جيڪڏهن سندن خيال اهو آهي تہ پوءِ ڪير بہ سندس واهر ڪري ڪونہ سگهندو. اهي اهڙا ماڻهو آهن، جن کي هن قسم جي مدد جي ضرورت آهي. ڪي ماڻهو اهڙا بہ هوندا آهن جيڪي چوندا آهن، "چوڪرا! مان اهڙي حافظي لاءِ ڏهہ لک ڊالر ڏيڻ لاءِ تيار آهيان" پر چا اهي ڪتابن جي هٽ تائين وڃي فقط ٽي ڊالر خرچ ڪري اهڙو ڪتاب خريد ڪندا، جيڪو کين اهڙو اچرج جهڙو حافظو عطا ڪري سگهي؟ ڪڏهن بہ نہ.

مان هي ڳالهيون انهي لاءِ نہ ڪري رهيو آهيان تہ منهنجو ڪتاب وڪرو ٿئي، مون کي ان ڳالهہ جي ڪابہ پرواهہ ڪانہ آهي. مون کي احساس اهو آهي تہ اڄ ڪلهہ عملي هدايتن "How to" جي موضوع سان لاڳاپيل ڪتاب واقعي اهڙا آهن. جيڪي سڪڻ وارن کي صحيح معنيٰ ۾ "عملي هدايت" ڏئي سگهن ٿا. جيڪي ماڻهو مدد حاصل ڪرڻ لاءِ ڪوشش نہ ٿا ڪن، تن لاءِ فقط مان هن راءِ وانگي چئي سگهان ٿو تہ اها سندن ڳاڙهي گاڏي Red Wagon آهي. جنهن کي هيڏانهن هوڏانهن پيا ڇڪيندا ۽ گهليندا رهندا. مان سمجهان ٿو تہ بينيڊڪٽ اسپينوزا Benedict Spenoza جي ذهن ۾ بہ اهڙا ئي ماڻهو هئا جو چيو اٿائين تہ، "جيستائين ماڻهو سمجهي ٿو تہ مان هي ڪم ڪري ڪونہ ٿو سگهان يا جيستائين هو ڪم نہ ڪرڻ جو يقين ڪندو رهي ٿو تيستائين اهو ڪم هن لاءِ ناممڪن هوندو آهي."

توهان پنهنجي زندگي پنهنجي تصور مطابق بہ گذاري سگهو ٿا

منظم سوچ فڪر جي صحيح معنيٰ آهي خيال جي رد عمل مٿان مڪمل ضابطو رکڻ ۽ مسئلن کي وقت تي نبيرڻ. اڳتي هلي توکي هن ڪتاب مان اهو بہ پتو پئجي ويندو تہ گهڻو ڪري اسان جي سوچ فڪر جو واسطو هڪ نہ

ٻئي مسئلي کي نبيرڻ لاءِ هوندو آهي.

جڏهن اسان ڪا شيءِ ڏسندا آهيون، ٻڌندا آهيون، ڇهندا آهيون تہ ان جو اسان ذهني رد عمل محسوس ڪندا آهيون. اهڙيءَ ريت مسئلا بہ اهي حل ڪندا آهيون، جيڪي سدائين اسان جي سوچ فڪر ۾ رهندا آهن. اهو ائين ٿيندو آهي ۽ هن جو واضح نتيجو اهو آهي جو توهان مسئلي جو رد عمل محسوس ڪندا آهيو ۽ ان کي هڪ نہ ٻئي طريقي سان منظم طريقي سان حل ڪرڻ جي ڪوشش ڪندا آهيو.

هن ڪتاب ۾ توکي هر جاءِ تي اهڙا مثال موجود ملندا. مان ضروري سمجهان ٿو تہ اهڙو هڪ مثال توهان کي هن ئي وقت ٻڌائي ڇڏيان. رد عمل جو هڪ اهم مثال مان توهان کي هاڻي سمجهائي رهيو آهيان. ان جو تعلق عزت جي توهين جي رد عمل سان آهي جنهن کي رسيل ليونس Russel Layons بيان ڪيو آهي، سندس بيان آهي تہ بي عزتيءَ کي سهي وڃڻ جو شريفانہ طريقو اهو آهي تہ نظرانداز ڪري ڇڏجي. جيڪڏهن توهان ان کي نظرانداز ڪري نہ ٿا سگهو، تہ ان تي کلو، جيڪڏهن کلي نہ ٿا سگهو تہ پوءِ سمجهو تہ توهان انهيءَ بي عزتيءَ جي لائق هئا."

مان هاڻي قبول ڪريان ٿو تہ بي عزتي ڪو قيامت جهڙو واقعو ڪونہ آهي. جيڪڏهن توهان پنهنجي فڪري طاقت کي صحيح طريقي سان ڪتب آڻي رهيا آهيو تہ پوءِ توهان ننڍن ۽ وڏن واقعن کي چڱيءَ ريت اڪلائي سگهو ٿا.

جهڙي نموني سان سوچيندءُ زندگي بہ ان نموني مطابق گذرندي، تنهن ڪري صحيح طريقي سان سوچڻ ويچارڻ گهرجي، سوچ فڪر بلڪل واضح ۽ چٽو هئڻ کپي ۽ اثر پذير هئڻ گهرجي. جيڪڏهن توهان ائين ڪندءُ تہ سوين ۽ سرهائي توهان جي لڪئي جو ليک ٻڻجي ويندي. اها هڪ حقيققت آهي تہ انهيءَ واٽ ۾ ڪيئي رنڊڪون ۽ ناڪاميون بہ آهن. انهي ڪري ماٺهو ٿانڊي ٽيٽو ۽ چيڙاڪ بہ ٿي پوندو آهي.

سوچي ويچاري پنهنجي فڪري طاقت جا سيئي بند دروازا کولي ڇڏيو، جيڪڏهن ائين ڪندؤ تہ تصور، تنظيم ۽ تخليق گهور ڪري توهان جي ذهن ۾ ائين داخل ٿي ويندا جهڙيءَ ريت هوا ڪنهن خال Vacum ۾ ڏوڪي ايندي آهي. جڏهن سر آئزڪ نيوٽن کان پڇيو ويو تہ تو ڪشش ثقل Law of Gravity ڪهڙي طريقي سان دريافت ڪئي تہ وراڻيائين تہ، "انهيءَ تي غور فڪر ڪرڻ معاف" اهو هڪ صحيح جواب هو، پر اهو ايڏو سولو ڪونہ هو

دماغي طاقت جا راز

جهڙيءَ ريت ظاهر ۾ نظر اچي رهيو هو. ڪيترن ماڻهن سر آئزڪ (Issac) جيان صوف وڻ مان هيٺ ڪرندي ڏٺو هوندو، پر ان تي سوچيو ويچاريو نيوٽن. جڏهن هن صوف هيٺ ڪرندي ڏٺو تہ سندس سوچ فڪر ۾ صحيح معنيٰ سان هڪ رد عمل پيدا ٿيو، سندس ذهن سوال پڇڻ شروع ڪيا تہ صوف هيٺ ڇو ڪريو؟ سندس غور ويچار هڪ جاءِ تي ٽڪي بيهي ڪونہ رهيو. هن قسم جي سوال ڪيس هر پاسي کان منجهائي وائڙو ڪري ڇڏيو هو. اهڙي ريت هُو مسئلي کي حل ڪرڻ يا سوال جي جواب لاءِ جاکوڙيندو رهيو.

هن مان منهنجو اهو مقصد نہ آهي تہ مان توهان کي قدرتي قانون دريافت ڪرڻ لاءِ ڪي ڳالهيون سيکاريان. پر منهنجي ڪتاب پڙهڻ کان پوءِ هن وسيلي ڪن شين کي چٽائي سان ڏسڻ واري اهميت کي محسوس ڪري وٺندا ۽ انهن شين بابت صحيح ۽ اثرائتو غور ڪندا.. يوناني تهذيب جي پهرئين دور جي ڏاهن Philosophers ماڻهن هن ڳالهہ ڏانهن اشارو ڏنو هو تہ ڪنهن بہ شيءِ تي ويچارڻ کان اڳ توهان کي "پنهنجو پاڻ کي سڃاڻڻ گهرجي." اسان پنهنجو گهڻو وقت ٻين موضوعن کان وڌيڪ پنهنجو پاڻ بابت سوچيندا ويچاريندا آهيون. اچرج جهڙي ڳالهہ اها آهي تہ اسان پنهنجو پاڻ بابت ڪجهہ بہ ڪونہ ڄاڻندا آهيون؟

جڏهن اوهان ڪنهن مسئلي تي سوچيو تہ توهان کي پهريائين هيءَ ڳالهہ سکڻي پوندي تہ اوهان کي ڳنڍل پيئل کانچن grooves کان ڪيئن بہ ڪري جند ڇڏائڻي آهي. سوچڻ ويچارڻ جي معنيٰ آهي ڪنهن شيءَ جو هر پاسي کان مشاهدو ڪرڻ. مثال طور اسان وٽ رومن انگ نَوَ IX آهي. مان اوهان کي هتي هڪ ننڍڙي ڳجهارت ڏيان ٿو. ممڪن آهي اوهان ٻڌي وڃو. هن انگ ۾ اهڙي نشان کي جوڙ ڪريو جو هي 9 جو انگ 6 بڻجي پوي؟

اوهان هيءَ ڳجهارت اک ڇنڀ ۾ ٻڌي ويندا. هن ڳجهارت کي هڪدم انهي ڪري ٻڌي ڪونہ ٿو سگهجي ڇو تہ هتي اوهان جي فڪر کي گمراهہ ڪيو ويو آهي. اوهان کي ڪنهن کانچي ڏانهن موڙڻ جي ڪوشش ڪئي وئي آهي. ٿي سگهي ٿو تہ اهو غلط کانچو هجي.

جن ماڻهن جو ڌنڌو جادوگري هوندو آهي، تن جو وڏو هٿيار ٻين کي گمراهہ ڪرڻ هوندو آهي. هو اوهان کي بيوقوف انهيءَ ڪري نہ بڻائي سگهندا آهن، جو سندن هٿ ناٽ جي رفتار اوهان جي نظر جي رفتار کان گهڻو تيز هوندي آهي، پر اوهان جي سوچ فڪر کي غلط رستي سان ملائيندا

آهن. اهي خاص وقت تي اٽڪل ڪري ڏسندڙن جو ڌيان ٻئي طرف موڙي ڇڏيندا آهن تہ جيئن اُوهان جو غور فڪر ان ۾ رڌل هجي ۽ جڏهن پنهنجو ڪرتب ڏيکارين تہ ان ڏانهن ڪنهن جو بہ توجهہ نہ هجي.

هن خاص معاملي ۾ اوهان کي رومن انگن بابت سوچڻ ويچارڻ واري دڳ سان لائڻ جي ڪوشش ڪئي وئي آهي. جيڪڏهن اوهان هن قسم جي سوچڻ ويچارڻ واري طريقي سان چنبڙي پيا تہ هيءَ سادي پرولي پجي ڪونہ سگهندا. جنهن وقت اوهان سوچ ويچار جي ڳنڍل پيٽنل ڪانچي ڪان ٻاهر نڪرندو تہ هيءَ ڳجهارت بہ هڪدم پجي پوندي.

جيڪڏهن اوهان هيءَ ڳجهارت اجا تائين پجي ڪانہ سگهيا آهيو تہ هن رومن انگ IX جي سامهون انگريزي اکر "S" جوڙ ڏيو تہ لفظ SIX يعني ڇهہ ٻنجي پوندو. جيڪي ماڻهو مختلف زاوين ڪان غور فڪر ڪرڻ تي هريل هوندا آهن، سي هن قسم جي ڳجهارت جهٽ پٽ پجي سگهندا آهن.

اوهان حقيقي معنيٰ ۾ سوچيو ويچاريو ٿا يا اجايا پور پچائي رهيا آهيو.

فڪري طاقت کي منظم ڪرڻ جي معنيٰ ڪنهن متعين مقصد ڏانهن وڌڻ آهي. جيڪڏهن اوهان جو غور فڪر جاڳندي خواب ڏسڻ يا اجايا پور پچائڻ آهي، سمجهو تہ توهان اوجهڙ ڏانهن وڌي رهيا آهيو. منهنجي هن ڳالهہ کي غلط نہ سمجهيو وڃي. ڇاڪاڻ تہ جاڳندي جا خواب تعميري آهن. جيڪڏهن اهي اتساهہ ڏيارن ٿا. جيڪڏهن اهي ڪنهن سرگرميءَ ڏانهن اشارو ڪن ٿا تہ اهي مفيد ۽ ڦلدائڪ آهن. پر جيڪڏهن جاڳندي جا اهي خواب رڳو پورن پچائڻ تائين محدود آهن تہ خراب آهن. اسان مان گهڻا ماڻهو جاڳندي جي خوابن ڏسڻ ۾ مگن هوندا آهن. اهڙا اجايا پور حقيقتن جي اڇي جڳهہ والاريندا آهن. جڏهن اسان کي حقيقي مقصد لاءِ ڪوشش ڪرڻ واسطي چيو ويندو آهي تہ انڪار ڪري ڇڏيندا آهيون.

منهنجو دوست رچرڊ همبر Richard Hember هڪ ڪامياب موسيقار ۽ جادوگر آهي. هڪ ڀيري مان کيس چيو تہ فقط هڪ جملي ۾ جواب ڏي تہ تو اها ڪاميابي ڪهڙي طريقي سان حاصل ڪئي. هن وراڻيو تہ، ”جيڪڏهن سوچي ويچاري صحيح نموني سان محنت ڪجي ۽ منظم نموني سان غور ۽ فڪر ڪبو تہ ضرور ڪامياب ٿبو.“

هن معاملي تي بحث ڪرڻ ڏاڍو ڏکيو آهي، سخت محنت هڪ اثاثو Asset آهي. پر اها محنت ڪئي صحيح طريقي سان وڃي. جيڪڏهن منظم

طريقي سان سوچيو ويچاريو وڃي تہ اهڙي غور فڪر ڪرڻ جي اهليت بہ هڪ قيمتي اثاثو آهي.

پروفيسر وليم جئس جو بيان آهي تہ، ”جيڪڏهن جاچي پرکي ڏسبو تہ معلوم ٿيندو تہ اسان اجا نندا ڪڙا آهيون ۽ پوريءَ ريت جاڳيا ڪونہ آهيون. اهو بہ معلوم ٿيندو تہ اسان پنهنجي دماغي وسيلن جي هڪ ننڍڙي پتي ڪم آڻي رهيا آهيون.“ مون کي پڪ ڪانہ آهي تہ اسان زندگيءَ ۾ پنهنجي پاڻ ۽ دماغي وسيلن کي پوريءَ ريت ڪم آڻڻ سکي سگهنداسون. پر گهٽ ۾ گهٽ اسان کي اهو تہ ڪرڻ گهرجي تہ جيڪو ڪجهہ اسان وٽ موجود آهي ان جو صحيح استعمال تہ ڪري سگهون. انهن وسيلن کي نظم، اصول ۽ ضبط مطابق ڪتب آڻيون ۽ انهيءَ طريقي سان توهان ڪامياب، خوشحال ۽ تخليقي زندگي گذاري سگهو ٿا.

”نيڪي بدي بہ سوچ فڪر جي پيداوار هوندي آهي. ڏک سک بہ انهي وسيلي ملندو آهي تہ ماڻهو ڪنگال ۽ شاهوڪار بہ انهيءَ وسيلي ٿيندو آهي.“ تنهن هوندي بہ اسان پننهنجو سارو وقت اجائي سجائي سوچڻ ۾ وڃائي ڇڏيندا آهيون، پر طاقتور ذهني صلاحيت کي منظم ڪرڻ لاءِ ڪوبہ ڌيان ڪونہ ڏيندا آهيون. وقت پئسي کان وڌيڪ قيمتي وٿ آهي. هي هڪ نهايت قيمتي شيءِ آهي ان کي خرچ بہ سندس قيمت کي نظر ۾ رکي ڪرڻ گهرجي. جيڪڏهن توهان ان جو واپار ڪرڻ گهرو ٿا تہ توهان انهيءَ سان غور ۽ فڪر جي طاقت خريد ڪريو. اهو پڪو پهہ ڪريو تہ توهان جي واسطي ترقيءَ لاءِ دروازا کليل آهن ۽ توهان بہ ان ترقيءَ جو معراج ماڻي سگهو ٿا.

سکڻ جي تہ ڪابہ حد مقرر ڪانہ هوندي آهي. توهان کي اها خبر آهي تہ جيڪڏهن اسان کي هڪ اهم پر هڪ ننڍڙي ڄاڻ ملي وڃي يعني اها ڄاڻ تہ اسان کي ”تمام ٿوري ڄاڻ“ آهي تہ ڏاڍو ڀلو.

ڇوڪرين جي پيڇي ڪرڻ واري طريقي سان بہ ڪاميابي ماڻي سگهجي ٿي

مان هن باب ۾ اوهان کي ٻڌائي آيو آهيان تہ هن ڪتاب لکڻ جو مقصد ڇا آهي. اهو هي آهي تہ منظم سوچ فڪر وسيلي ڊڄ ڊپ، ڳڻتين جي ڳاراٽي، شڪ شبهن، ڦرٽي گهرٽي سياءَ ۽ غير يقيني کان جند ڇڏائي سگهجي ٿي. هن وسيلي مسئلن جي اثرائتي حَلَ واسطي هڪ صحيح قسم جو رد عمل ملي ويندو. ان کان سواءِ گنديءَ لونجهہ جي جاءِ تي مثبيون عادتون پيدا ٿي

پونديون. زندگيءَ کي وڏيڪ سولي ۽ سهنجي بڻائڻ لاءِ رٿابندي به ڪري سگهبي. مختصر ته انسان خوشحال ۽ ڪامياب زندگي گذاري سگهندو.

منظم سوچ فڪر جي اوسي پاسي بيشمار موضوعن جو هجوم لڳل هوندو آهي. مان انهن موضوعن تي قلم انهيءَ ڪري ڪونه کنيو آهي جو هن ڪتاب ۾ ايتري جڳهه ڪانه آهي. پر مان انهن منجهان ڪن اهم موضوعن جي چونڊ ڪئي آهي.

هن مان هڪ مقبول عام چوائي آهي، "فقط اڄ لاءِ زنده رهو." مان هن چوائيءَ سان سهمت آهيان پر ٿوريءَ ڦيرگهير سان، يعني فقط "اڄ ۽ سڀاڻي زنده رهو." مون کي مستقبل لاءِ سوچڻ ويچارڻ بابت به هڪ ويساهه آهي. پر اهو فقط سڀاڻي تائين محدود آهي. پرينهنءَ Day after tomorrow لاءِ رٿابندي ڪرڻي پوندي ۽ سڀاڻي لاءِ غور فڪرڪرڻو پوندو.

ٿورو وقت ٿيو جو ساڍهه پنڃ لاءِ هڪ هوٽل ۾ لنگهي ويس. هوٽل جي مالڪ بابت سوچيم ته ڏاڍو اچرج لڳو. ڪائڻ پيئڻ واري هال جي دروازي تي هي لفظ لکيل هئا. "ڪائڻ پيئڻ واري ڪمري کان ٻاهر ميوات نه کڻي وڃو ۽ ڪائڻ پيئڻ واري ڪمري ۾ ميوات ڪانه ڏني ويندي آهي."

ان ڏينهن نيو يارڪ جي ماڊيسن اوينيو Msdison Avenue ۾ هڪ دوست جي انتظار ۾ ويٺو هوس. اتي مون کي عورتن جي ڪيڊ ڦرڻ وارن ماڻهن جي هڪ ٽولي ڏسڻ ۾ آئي. جن کي اوني ڪپڙا Flannal ۽ مون کي بلو سرج Blue serge جا ڪپڙا پاتل هئا. ان وقت ماڊليسن اوينيو سان دنيا جون سهڻيون ڇوڪريون پسار ڪري رهيون هيون. مون ڏٺو ته ڪجهه ماڻهو ڇوڪرين ڏانهن گهوري ڏسي رهيا هئا. اهي ڇوڪريون جڏهن پرسان لنگهي رهيون هيون ته هڪ ماڻهو اکين سان سندس پيڇو ڪري رهيو هو.

مون اندازو ڪري ورتو هو ته اهو ماڻهو ڪين سڌيءَ ريت ڏسڻ کان شرمائي رهيو هو. جڏهن هن خاص منهن سان ڇوڪري کي ڏسڻ پٺي گهريو ته ان جي گذري وڃڻ کان اڳ منهن پٺي پاسي ڪري ٿي ڇڏيائين. اهڙيءَ ريت هو پنهنجي نظرن سان ڇوڪريءَ جو پيڇو ڪري رهيو هو، جنهن سان هن آدابن ۽ اخلاقي اصولن جي به ڇيڪڙي ڪانه ٿي ڪئي ۽ عام ماڻهوءَ کي اهڙي خبر ڪانه ٿي پئي، هن ماڻهوءَ جو غور فڪر بلڪل منظم هو.

باب ٻيو

ڪاميابيءَ جي معراج ماڻڻ تائين پنهنجي مفادن بابت صحيح نموني سوچيندو ويچاريندو رهجي.

منهنجا ياءُ ويڳاڻو ڇو آهين؟
پنهنجي ٿوري شيءِ ۾ ٻه ٻئي کي ڀائيوار ڪر!
ڪنهن ننڍڙڪي ڏانهن هٿ ڏيکيڙ،
۽ تنهنجي ويڳاڻپ لوڻ پاڻي ٿي ويندي. **(وليم آرٿر ڊنڪرلي)**

اسان سڀ يعني اسان مان هرهڪ ماڻهو مڪمل طور تي اڪيلو آهي ۽ هيءَ مستقل حقيقت آهي جنهن ۾ ڪا به ڦير ڦار ڪري ڪانه ٿي سگهجي. ڀلي ڪيترا به دوست هجن، اهي ڀلي ڪيترا به پڳ مٽ يار هجن، ڀلي پاڻ ۾ روح رچنديون رهاڻيون به ڪندا هجن، پر هيءَ هڪ اٽل حقيقت آهي. هيءَ حقيقت آهي پوءِ توهان ان کي مڃيو يا نه مڃيو ته اسان مان هرهڪ ماڻهو هڪ جدا وجود (Entity) رکي ٿو.

اوهان مان سيني ڪٿي نه ڪٿي پر گهٽ ۾ گهٽ اهو ضرور ڏٺو هوندو ته ماڻهو پنهنجي طبعي اڪيلائي ۾ ايترو ويڳاڻو ڪونه هوندو، جيترو ماڻهن سان پريل ڪمري ۾.

مون مٿي ويجهن دوستن يارن جو ذڪر ڪيو آهي جيڪي توهان کي، توهان جي مڙس يا زال جيترا قريب هوندا آهن. پر ڪي ڳالهيون اهڙيون هونديون آهن، جيڪي ڪين ٻڌائي ڪونه سگهبيون آهن. ڪن کي لفظن ۾ به بيان ڪري ڪونه سگهبو آهي ڇو ته اهي پنهنجي وجود سان اهڙو ته سلهاڙيل هونديون آهن، جو انهن جي ٻاهور به ٻاهر ٻاقي ڪانه سگهبي آهي.

امڪان آهي ته ٻرسال هزارن ماڻهن توهان جي آجيان ڪندي پڇيو هجي " ڪيئن آهين؟" توهان ڪڏهن ڪين پنهنجن ڏکن سورن، پنهنجي ڏندي، ڏچي ڏاڪڙي يا گهرو مسئلن بابت ٻڌايو آهي؟ جيڪڏهن توهان ٻڌايو هوندو ته ڪَنَ پَلَ ڪان پوءِ توهان جي واقف ماڻهوءَ جي اکين ۾ مڪاري ۽ چالاڪيءَ

واري ڇهڪ اچي ويندي هوندي. شايد تنهنجي اها ڳالهه بدي گهٻرائجي ويندا ۽ گهڙي کن کان پوءِ توکي اڪيلو ڳالهائيندي ڇڏي ويندا. ان جو ڪارڻ اهو آهي ته ماڻهو تنهنجن ڏکن سورن ۾ دلچسپي ڪونه وٺندا آهن.

منهنجا دوست! تنهنجا اهي ڏک سور پنهنجا آهن ۽ ٻين ڪي تنهنجي لاءِ آخر متي ۾ سور ڇو هڻڻ کپي؟ ڀلا تون پنهنجن ڏکن ڏاکڙن لاءِ پاڻ ڇونه سوچين ويچارين؟ ڀيا تو ڏانهن ڌيان انهيءَ ڪري ڪونه ٿا ڏين جو هو پاڻ به ڏکن جا ڏجهايل آهن. پڪ آهي ته هو پنهنجن مسئلن کي تنهنجن مسئلن کان وڌيڪ اهميت ڏيندا هوندا. ساڳيءَ ريت تنهنجي لاءِ ٻين ماڻهن جا مسئلا پنهنجي مسئلن کان اهم ڪونه هوندا.

فقط"مان" واري احساس کان نجات حاصل ڪرڻ

هي ڪارٽي نُڪتو آهي جنهن مان گهڻي مدد ملي سگهي ٿي. مان اوهان کي ٻڌايو آهي ته مان سمجهان ٿو ته هن معاملي ۾ هن سان اتفاق به ڪندا ته اسان سڀئي مڪمل طور تي اڪيلا آهيون. پر هن ويڳاڻپ يا اڪيلائي مان جند ڇڏائڻ جي هڪ واٽ آهي جيڪا ڏاڍي سولي ۽ سهنجي آهي.

اُها واٽ اِها آهي ته "فقط مان" واري تصور کي پيچي پروڙي ڇڏجي. اسان مان گهڻا ماڻهو ڇڻ ته هن تصور جا قيدي بڻجي ويا آهن ۽ "شخصي انا" واري پاڻ تي چڙهيل ڪڙي مان پيڇي نڪري به ڪونه ٿا سگهن. جيڪو خودي جو مايوس ڪندڙ ڪارو غار آهي. جنهن مان ڇڻ ائين ڀانئبو آهي ته ساري دنيا ڇڻ"منهنجي" چوڌاري طواف ڪري رهي آهي. معلوم ائين ٿي رهيو آهي ته اسان مان هرڪو ماڻهو "فقط مان" جي اجائي احساس جو شڪار آهي. جيڪڏهن اهڙي احساس کان نجات نه ڏياري وئي ته اهو ماڻهو "فقط مان" جي روڳ مان ڇڙهي ڪونه سگهندو. پر اهڙي آجپي جو نيٽ گس ڪهڙو آهي؟ بلڪل سولو، بلڪل سهنجو. فقط ٻين جي مسئلن ۾ دلچسپي وٺو.

هن قسم جي اُگري اُگهائيءَ مان ڇٽڻ واسطي هيءَ ڪا ڪوڙي ٽڪي ڪانه آهي جو ڳِهي نه سگهجي؟ هيءَ بلڪل ڪڙي ٽڪي آهي. ائين ڪرڻ ايڏو سولو ڪونه آهي، جيترو ڏسڻ ۾ اچي رهيو آهي. پهريائين ته ٻين ماڻهن جي مسئلن ۾ دلچسپي وٺڻ لاءِ پاڻ کي مجبور ڪرڻو پوندو توهان کي پنهنجن مسئلن ڏانهن اک وٺائي ڏسڻو به ڪونه آهي ته اهي آهن به يا ڪونه، تنهنجي شخصيت به موجود آهي يا ڪانه آهي ۽ منهنجي به ڪير سارسنڀال

لهي ٿو يا ڪونہ ٿو لهي. هتي بہ جدا چقمق آهن ۽ هرڪو توهان ڪي پاڻ ڏانهن ڇڪي رهيو آهي. توهان جي لاءِ اها ڳالهہ سولي آهي. ٿوري وقت لاءِ توهان پاڻ ڪي ائين ڪرڻ لاءِ مجبور ڪريو. پر پوءِ توهان ڪي اچرج ٿيندو تہ مختصر عرصي اندر تون ٻين جي مسئلن ۾ دلچسپي وٺڻ شروع ڪري ڇڏي آهي.

جيڪڏهن توهان ٻئي ماڻهوءَ ڪي "هي" يا "آهي" بدران "مان" سمجهي سندس واهر ڪرڻ تي هريل هوندينءَ تہ شايد ٻين جي مسئلن ۾ دلچسپي وٺي سگهندين، مان سمجهان ٿو تہ اهو ڪجهہ ڏکيرو ڪم آهي، هي نظريو فطرت جي خلاف آهي. پر پوءِ بہ ڪوشش ڪري ڏسجي توهان ڪي ڪو ڏچ ڏپ نہ ڪرڻ گهرجي. ائين ڪرڻ سان توهان پنهنجو پاڻ ڪي مڪمل طور وساري ڪونہ سگهندئو. جيڪڏهن توهان پنهنجو پاڻ ڪي مڪمل طور وساري بہ ڇڏيو تہ اهو ڏاهپ جو ڪم آهي. جيڪڏهن ذاتي غرض لاءِ سوچي سمجهي ڪم ڪبو تہ ان سان توهان ڪي طاقت ملي پوندي، پر ٻين جي مسئلن ۾ دلچسپي رکڻ ناتي توهان جي سڃاڻ توهان جي ويڳاڻپ مان جان ڇڏائي وجهندي.

ائين ڪرڻ مان توهان ٻين لاءِ جاڪوڙيندئو، جيڪڏهن توهان سچ پچ ٻين جو ڀلو ڳنهندئو ۽ ڀلائي ڪندئو ۽ انهن لاءِ ڪجهہ ڪرڻ چاهيندئو. ٽالسٽاءِ جو چوڻ آهي تہ، "اسان ڪي ماڻهن سان پيارانهيءَ لاءِ نہ هئڻ گهرجي تہ هو اسان لاءِ ڪجهہ ڪن، پر ڏسڻ گهرجي تہ انهن لاءِ اسان ڇا ڪري سگهون ٿا." هن ڪي ساري خبر هئي تہ هو ڇا بابت ڳالهائي رهيو آهي. مون ڪان بہ وڏيڪ ڏاهن ماڻهن ورجائي هيءَ ڳالهہ ڪئي آهي تہ پاڻ ڪي خوش رکڻ جي فقط هڪ واٽ آهي تہ اوهان ٻين ڪي خوش رکو. ڊاڪٽر البرٽ شوويٽ سوزر (Dr. Albert Schweitzer) جو چوڻ آهي تہ ائين ڪرڻ سان اندر جي حقيقي آٿت ۽ آنند ۽ ساري زندگيءَ لاءِ سڪون جو هڪ ڳجهو ذريعو ملي ويندو آهي. منهنجي دل بہ اهڙي ماڻهوءَ ڪجهہ ڪرڻ لاءِ ٻڙڪندي آهي جيڪو ويچارو اڪيلو ۽ ويڳاڻو هوندو آهي، توهان بہ ڪنهن ماڻهوءَ جي ويجهو فقط تڏهن وڃي سگهو ٿا. جڏهن توهان جي جاڪوڙ جي نيت سندن خوشي ۽ ڀلائي لاءِ آهي.

جيڪڏهن توهان جي نيت ۾ ڳجهي ڳالهہ ڪا ٻي آهي تہ مهرباني ڪري پاڻ ڪي اهو دوکو نہ ڏيو تہ توهان ٻين جي لاءِ جاڪوڙي رهيا آهيو جيڪڏهن توهان سچ پچ ٻين جي سهائتا ڪري رهيا آهيو يا ٻين لاءِ ڪو ڀلائي جو ڪم

ڪري رهيا آهيو، جنهن ۾ ڪا ڳجهي ڳالهه لڪل آهي يا توهان جي نيت ۾ خود غرضي لڪل آهي تہ اهو ٻين لاءِ جاکوڙڻ نہ ٿيندو. ائين ڪرڻ سان ٻين کي تہ بيوقوف بنائي سگهو ٿا، پر توهان کي پنهنجو پاڻ کي بيوقوف بڻائڻ ناممڪن آهي.

ڪيترا ماڻهو آهن جيڪي خود قربانيءَ جو محاذ جوڙيو ويٺا آهن. هو اهو سڀ ٻين جي واهر ڪرڻ جي ارادي سان ڪري رهيا آهن يا ائين ڪرڻ جو اوهان کي ويساهہ ڏياري رهيا آهن، پر اهي ڪنهن خاص طبقي جي ماڻهن کي چونڊي پنهنجي خاص مقصد جي تڪميل لاءِ ڪري رهيا آهن، ٻين لاءِ مصيبتن سهڻ جو اهو سندن ٻاهريون ڏيک هوندو آهي. ٻين سان مدد ڪرڻ واري هن طبقي ۾ بہ سندن خود غرضي لڪل هوندي آهي.

هاڻي اسان کي سچو ۽ سُپتو هئڻ کپي. توهان اڳتي وڏي اهڙي ماڻهوءَ جي واهر ڪريو جنهن ۾ توهان جي ڪابہ لالچ ڪانہ آهي يا هڪ نہ ٻئي طريقي سان توهان جو اهو ٽورو نہ ٿو لاهي؟ ايئن ڪونہ ٿيندو. مون کي غلط نہ سمجهہ مان ائين ڪونہ ٿو چوان تہ توهان سدائين ٻئي لاءِ بي لوث جاکوڙ ڪندا رهو. اهو بنا ڪنهن غرض جي خود قربانيءَ جو جذبو آهي جن بابت مان اڳيئي ويچار ونڊي رهيو آهيان تہ اهو نہ رڳو ناممڪن آهي پر سٺو بہ ڪونہ آهي.

اڪيلائي ۽ ويڳاڻپ کي ڪيئن ختم ڪجي؟

ٻئي طرف جيڪڏهن توهان کي ٻين جي مدد ڪرڻ ۾ ڪو غرض ڪونہ آهي تہ (اسان مان گهڻا ائين بہ ڪندا آهن) پوءِ توهان اڪيلائي ۽ ويڳاڻپ مان جند ڇڏائي ڪونہ سگهندئو.

توهان جو ڪجهہ چاهيو ٿا گهڙي ڪن لاءِ ان کي وساري ڇڏيو ۽ فقط ان بابت غور فڪر ڪريو جيڪو ٻيا چاهين ٿا. جڏهن توهان کي احساس ٿيندو تہ ٻئي ماڻهو جي خواهش ۽ توقع بہ توهان جي جدا همت ۽ توقع جهڙي آهي تہ پوءِ توهان کي ٻئي جو پلو ڪرڻ ڏاڍو سولو محسوس ٿيندو. مان اهڙا گهڻا مثال ڪونہ ڏيندس تہ ڪيئن ڪيترن ماڻهن ٻئي جي پلي لاءِ جاکوڙي پنهنجو مقصد حاصل ڪري ورتو آهي. توهان اهڙو مثال ڪامياب ماڻهن جي آتم ڪهاڻي واري ڪتاب مان حاصل ڪري سگهو ٿا، جنهن مان توهان کي ساري ڄاڻ ملي ويندي تہ ڪاميابي ڪهڙي طريقي سان حاصل ڪري سگهجي ٿي.

دماغي طاقت جا راز

جيڪڏهن توهان ٻين جي ڀلائيءَ لاءِ حقيقي معنيٰ ۾ ائين ڪيو جهڙيءَ ريت پنهنجي لاءِ چاهي رهيا آهيو تہ توهان کي سڀ سچائي معلوم ٿي ويندي. منهنجو هرگز اهو مطلب نہ آهي تہ، "توهان رڳو ٻين سان ڀلائي ڪندا رهو پر مان "ٻين سان ڀلائي ڪريو." واري سونهري اصول Golden rule جو سختيءَ سان قائل ڪونہ آهيان ڇاڪاڻ تہ ان ۾ مختلف ماڻهن جا نقطئہ نظر موجود ڪونہ هوندا آهن.

جڏهن توهان ڏسو تہ ٻيا فقط توهان جي لاءِ ڪجهہ چڱو ڪري رهيا آهن تہ پوءِ توهان بہ فقط ٻين لاءِ ڀلائي ڪرڻ واسطي سوچيو. اهڙو اصول فقط تڏهن سٺو آهي، جڏهن ٻيا بہ ائين سوچن جهڙيءَ ريت توهان سوچي رهيا آهيو. پاڻ کي جسماني اذيت ڏئي خوش ٿيڻ وارو جيڪڏهن اهو سونهري اصول مون تي مڙهيندئو تہ مان تہ ڪڏهن بہ خوش ڪونہ ٿيندس. جيڪڏهن ٻيا ماڻهو هن سان ساڳي ڀلائي نہ ڪندا تہ ڪيس تہ ڪجهہ ڪونہ ٿيندو. پر جيڪڏهن مون سان ائين ڪيو ويو تہ مان زندهہ رهي ڪونہ سگهندس.

هاڻي اچو تہ موٽي ساڳئي موضوع تي بحث ڪريون. مان سمجهان ٿو تہ توهان کي اهو معلوم ٿيندو تہ جيڪڏهن توهان ڪنهن جي ڀلائي لاءِ پنهنجي دلي دلچسپي ڏيکاريندؤ ۽ ان دلچسپيءَ ۾ سچائي ۽ ايمانداري هوندي تہ ٻيا بہ توهان جي ڀلائي پنهنجي نيت جو ساڳيو مظاهرو ڪندا. هي ڳالهہ "فقط مان" واري سخت قسم جي اصول سان تعلق رکي ٿي، جيڪا عوامي قسم جي سوچ فڪرن کان پري آهي، پر پوءِ بہ هن ۾ "فقط مان" وارو اثر گهٽ آهي.

هن کان پوءِ پنهنجي بابت سمجهڻ بدران يا جيڪڏهن توهان کا ڳالهہ چوڻ چاهيو ٿا تہ ڀريائين ٻئي کي ٻڌو. جيڪڏهن توهان ٻئي ڏانهن ڀريائين ڪوڙو سچو ڏيان ڏيندئو تہ پوءِ توهان ان ڏانهن صحيح بہ ڏيئي سگهندئو.

مون کي پنهنجي ساريءَ زندگي ۾ اهڙو ڪوبہ ماڻهو مليو ئي ڪونہ آهي، جنهن مان مون ڪجهہ نہ سکيو نہ هجي. ڪو ماڻهو زندگيءَ جا تجربا ٻڌائيندو آهي تہ ڪو ماڻهو پنهنجي خيالن ۽ پنهنجي نظرين کان واقف ڪندو آهي. مان اها پرواهہ بہ ڪونہ ڪندو آهيان تہ اهي ڇا ٿا ٻڌائن ۽ ڪيترو ٻڌائن ٿا. جيڪڏهن ڪن ماڻهن جو خيال يا تصور منهنجي سمجهہ ۾ ڪونہ ايندو آهي تہ مان ان کي سمجهڻ جي ڪوشش ڪندو آهيان، جيڪڏهن مان پنهنجن ملڻ وارن ماڻهن مان ڪجهہ سکي ڪونہ سگهندو

آهيان تہ سمجهندو آهيان تہ مون کي ڇڻ شخصي نقصان رسيو آهي.

جيڪڏهن مان هنن ڏانهن ڏيان نہ ڏيندس تہ هنن مان ڪجهہ بہ پرائي ڪونہ سگهندس. منهنجو مطلب آهي تہ انهن ماڻهن ڏانهن صحيح معنيٰ ۾ ڌيان ڏيڻ گهرجي. هيءَ هڪ مشهور حقيقت آهي تہ جيڪڏهن توهان ڌيان سان ڪا شيءِ نہ ٻڌندئو تہ علم حاصل ڪري ڪونہ سگهندئو.

اها بہ هڪ حقيقت آهي تہ هڪ سرگرمي ٻين سرگرمين سان گڏيل وچڙيل هوندي آهي. اهو ناممڪن هوندو آهي جو ڪهڙي ڌيان ڏيڻ ۽ دلچسپيءَ ۾ فرق ڪري سگهجي. جيڪڏهن توهان ماڻهن جي ڳالهين ٻڌڻ جي تڪليف محسوس ڪري رهيا آهيو تہ توهان انهن ۾ دلچسپي وٺڻ شروع ڪريو تہ توهان پاڻهي انهن جون ڳالهيون ٻڌندئو ۽ ڌيان ڏيڻ شروع ڪندئو. هڪ کي حاصل ڪرڻ لاءِ ٻيو توهان جي مدد ڪندو.

هيءَ ڳالهہ مان توهان کي اڳي بہ سمجهائي آيو آهيان تہ جيستائين توهان بنا ڪنهن لَبَ ۽ لالچ جي ٻين جي ڀلائي ۾ دلچسپي نہ وٺندئو تيستائين هن بي رحم اڪيلائي مان توهان جي جان ڇٽي ڪانہ سگهندي. جيڪڏهن توهان جي دماغ ۾ هيءَ سوچ آهي تہ مان ڀلائي جو هيءُ ڪم پنهنجي ڪنهن خاص مقصد لاءِ ڪري رهيو آهيان تہ سمجهو تہ توهان جو اهو ڀلائي وارو ڪم بي لوث نہ آهي. اهڙي ڳالهہ ڌيان ۾ اصلي نہ آٿبو. رڳو ڀلائي جو ڪم ڪندا هلو. جيڪڏهن توهان منهنجن هنن هدايتن تي هن وقت کان ئي عمل ڪرڻ شروع ڪيو تہ سمجهيو ويندو تہ توهان پنهنجي غرض خاطر ائين ڪري رهيا آهيو. پر ان کان جلدئي پوءِ توکان پنهنجو اهو غرض وسري ويندو. ڇاڪاڻ تہ توهان انهن ماڻهن ۾ حقيقي دلچسپي وٺڻ شروع ڪري ڇڏي آهي جنهن جي ڀلائيءَ لاءِ توهان پڪهر وهائي رهيا آهيو.

جيڪڏهن توهان ماڻهن کان بچان ڪندئو تہ ماڻهو بہ توهان کان بچان ڪندا.

دنيا ۾ اڪيلا ماڻهو اهي هوندا آهن، جيڪي ماڻهن سان ملڻ کان پري ڀڄندا آهن. جيڪڏهن توهان ڪنهن کان بچان ڪريو ٿا تہ ان جي ڀلائي ۾ دلچسپي وٺڻ، توهان جي لاءِ ڏکي ڳالهہ ٿي پوندي. ان مسئلي جو فقط هڪ حل آهي تہ جنهن جي توهان کي خبر آهي تہ، ماڻهن کان بچان ڪرڻ ڇڏي ڏيو." مون کي خبر آهي تہ اوهان هر ملڻ واري ماڻهوءَ کي پسند ڪونہ ڪندا آهيو. جيڪڏهن توهان کي پنهنجي ملڻ وارن ماڻهن جي گهٽائيءَ کي

ناپسند ڪندئو تہ مان سمجهندس تہ توهان سان ڪا ويڌن آهي.

هڪ دفعي جي ڳالهہ آهي تہ ڪاليجي شاگردن جي هڪ ٽوليءَ کي چيو ويو تہ بنا ڪنهن دير انهن ماڻهن جي نالن جي فهرست لکي ڏيو جن کان توهان نفرت ڪري رهيا آهيو. ان مقرر وقت ختم ٿيڻ کان پوءِ ڏٺو ويو تہ انهن شاگردن اهڙن نالن جو مختلف تعداد ڏنو هو. ٻڌايل نالن مان پتو پيو تہ هو پنهنجي شاگرد ٽوليءَ جي ماڻهن کان وڌيڪ ٻچان ڪري رهيا آهن، مون کي اهڙي دريافت کان اچرج ڪونہ ٿي هئي.

ماڻهن کان ٻچان ڪرڻ واري موضوع تي مون وٽ تمام گهڻا خيال آهن. سوال اهو آهي تہ اهڙين ڳالهين کان پاسو ڪيئن ڪجي؟ هن موضوع تي مان ڪتاب جي ڪنهن ٻئي باب ۾ بحث ڪندس. هتي مان فقط بنجامين ڊزرالي Banjamine Disraeli جي هڪ قول کي ورجائي رهيو آهيان تہ، ”حياتي ايتري تہ ٿوري آهي جو ان کي وڌيڪ مختصر ڪري ئي ڪونہ ٿو سگهجي.“

شايد توهان اچرج ڪندا هوندا تہ فڪري طاقت کي منظم ڪرڻ جو هن ڳالهہ سان ڪهڙو واسطو آهي؟ توهان تعجب ڪندا بہ هوندا. ان جو ڪارڻ اهو آهي تہ مان اجان تائين هن ڳالهہ تي سمجهائڻ جوڳو زور ئي ڪونہ ڏنو آهي تہ فڪري قوت تمام گهڻي وسيع آهي. توهان جي اهليت ۽ دانائي جي ماڻهو تعريف ڪندا آهن. پر اهو سڀ ڪجهہ اوهان جي فڪري قوت ڪري تہ آهي. هن ۾ مان اوهان جي جسماني طاقت کي شامل ڪونہ ڪري رهيو آهيان. اهڙيءَ اهليت جي ڳالهہ ٻڌي اوهان وائڙا ٿي ويندا. اهڙين ڳالهين تي بہ سولائي سان بحث ڪري سگهجي ٿو تہ مذڪوره جسماني سگهہ منظم ذهني قوت سان تعلق رکي ٿي.

جيڪڏهن توهان ڪنهن جي ڀلائي ۾ دلچسپي وٺندا آهيو تہ ان دلچسپيءَ جو هڪ مقدار هوندو آهي، جنهن تي ضابطو بہ رکي سگهبو آهي. توهان جو غور فڪر جنهن نموني سان ضابطو رکندو آهي، توهان جي دلچسپي بہ انهيءَ طريقي سان توهان جي ساري زندگيءَ کي بهتر نموني سان تبديل ڪري ڇڏيندي آهي. ان بهتر تبديليءَ جو سارو دارومدار توهان تي آهي. هنن ڳالهين ۾ مون کان سواءِ توهان جي ٻيو ڪير بہ مدد ڪري ڪونہ سگهندو. اهڙيون ڳالهيون مان اجهو هاڻي توهان کي ٻڌائي رهيو آهيان. مان دلچسپين تي ضابطي رکڻ جي اهميت تي ڪجهہ معلومات ڏيڻ جي ڪوشش ڪري رهيو آهيان.

توهان سمجهندا هوندئو تہ مان هن موضوع کي وڌيڪ وضاحت سان بيان ڪرڻ گهران ٿو، نہ مان ائين ڪرڻ ڪونہ ٿو چاهيان. حقيقت اها آهي تہ مان پاڻ بہ هن موضوع تي ايڏي مهارت ڪونہ ٿو رکان. هن ڪتاب جا

گهڻا باب هن موضوع تي لکيل آهن ۽ دلچسپي جو هيءُ موضوع توهان کي ساري ڪتاب ۾ پکڙيل نظر ايندو. مهرباني ڪري توهان ايڏي جلد بازيءَ کان ڪم نه وٺو. ماڻهو گهڻي عيش ۽ آرام کان يا فيشن جي نمونن کان تنگ به ٿي پوندو آهي. پر اهڙيون ڳالهيون منظم قسم جي سوچ فڪر لاءِ توهان جي مدد ڪونه ڪنديون. جڏهن توهان پين جي ڀلائي واري ڪم ۾ صحيح نموني سان دلچسپي وٺندئو ته اهو يقين ڪري ڇڏيو ته توهان چڱ پاڻ سان ڀلائي ڪري رهيا آهيو. اها هڪ اهم ڳالهه آهي ته مان هن مهل توهان جي ڀلائيءَ ۾ دلچسپي وٺي رهيو آهيان.

مان هڪ شيءَ کي گهڻو ورجائڻ چاهيان ٿو ته ڪنهن شيءَ کان تنگ ٿي پوڻ Ad Boredom به هڪ سچائي آهي ۽ ماڻهو هنن ڳالهين ۾ مون سان ضرور متفق ٿيندا. پر اهي عملي طور ڪري ڪونه سگهندا آهن. مهرباني ڪري منهنجي هڪ ڳالهه ضرور ياد رکو ته انهن کي ڳالهين کي عملي طور ڪتب آڻڻ ڪيپي اهوئي طريقو آهي جو اهي توهان جي مدد ڪري سگهن ٿيون. ڪيترا ماڻهو اهڙا به هوندا آهن جو ڪتاب پڙهندا آهن، پر پوءِ به شڪايتون ڪندا آهن ته اسان کي انهن منجهان ڪو فائدو ڪونه پهتو آهي. ڪين ڪتاب جي مصنفن بدران پاڻ کي ڏوهي سمجهڻ گهرجي. جيڪڏهن توهان هي باب پڙهيو آهي ۽ توهان کي اُبهم ۾ هڪ گول مول قسم جو ايمان ٿيو آهي ته هڪ ڏينهن توهان پين جي ڀلائين ڪرڻ ۾ دلچسپي وٺڻ جي ڪوشش ڪندئو ته پوءِ اهڙيون ڳالهيون وساري ڇڏيو.

پر جيڪڏهن توهان پنهنجي فڪري قوت کي منظم ڪرڻ لاءِ ڪنهن مدد جا طالبو آهيو ته پوءِ سمجهو ته اهو ڪم توهان جي ساري زندگي سان واسطو رکي ٿو.

توهان زندگيءَ خاطر هن ڳالهه بابت ڪنهن ٻڏتر ۾ نه رهو. جيڪڏهن توهان منهنجي صلاح مطابق هلڻ نه ٿا چاهيو ته مون سان اتفاق به نه ڪريو. ٿڌائي واري اتفاق راءِ کان وڌيڪ سنو کليو اختلاف آهي. جيڪڏهن ترهان کي پورو ويساهه آهي ته پين جي ڀلائيءَ لاءِ ڪم ڪرڻ ۾ خود توهان جي به ڀلائي آهي. جيڪڏهن توهان کي هن ڳالهه ۾ مڪمل اعتبار آهي ته انهيءَ سان توهان جي واهر جو به امڪان آهي، ته پوءِ توهان اڄو ۽ هن گهڙيءَ دل جي گهراين سان پين جي ڀلائي ۽ بهتري ۾ دلچسپي وٺڻ شروع ڪري ڏيو. آخر توهان هن ڳالهه سان به متفق ٿيندئو ته مقصد طريقن مان ئي صحيح ثابت ڪري سگهبو آهي. اهو به ٿي سگهي ٿو ته توهان جي لاءِ مقصد کان وڌيڪ مقصد حاصل ڪرڻ وارا طريقا اهم هجن.

باب ٽيون

پنهنجي امنگ ۽ اڌمن کي جاڳايو،
پنهنجي اُتساهہ ۾ اضافو ڪريو.

نفسيات جو ماهر: مان سمجهان ٿو تہ توهان جي مسئلي جو حل چاٽي چڪو آهيان توهان کي پنهنجي ڪم ۾ وڌيڪ جوش جذبي جو مظاهرو ڪرڻ گهرجي. توهان کي وڌيڪ همت سان ڪم ڪرڻ گهرجي ۽ بهادري جو مظاهرو ڪرڻ کپي. پر مون کي اهو تہ ٻڌايو تہ توهان ڇا ڪندا آهيو؟

مريض: سائين مان قبرون کوٽيندو آهيان.

مون کي پڪ آهي تہ توهان متئينءَ ڳالهہ کي پوڳ چرچو سمجهيو هوندو ۽ ان تي گهرو سوچيو بہ ڪونہ هوندو. هر شيءِ لاءِ هڪ حد مقرر هوندي آهي. ڪي مختصر شيون هونديون آهن، پر انهن تي گهرو سوچيو ويچاريو ويندو آهي.

رالف والڊو ايمرسن Ralph WaldoEmerson جو قول آهي تہ، "وڏيون ڪاميابيون امنگ ۽ اڌمن کان سواءِ ڪونہ حاصل ڪيون ويون آهن." مان هن مشهور چواڻيءَ لاءِ اختلاف راءِ رکان ٿو. پر ان سان متفق بہ آهيان ۽ ڪلي دل سان هن حقيقت کي تسليم بہ ڪريان ٿو تہ وڏيون ڪاميابيون جوش جذبي کان سواءِ حاصل ڪونہ ڪيون ويون آهن. وچولي قسم جي مناسب ڪامياين لاءِ جوش جذبي جي ضرورت ڪانہ پوندي آهي. جڏهن تہ اهڙيون ڳالهيون فقط وڏين ڪامياين لاءِ ضروري سمجهيون وينديون آهن.

اهڙو ڪو ماڻهو ڪونہ آهي جنهن وڏي ڪاميابي حاصل ڪرڻ واريءَ جدوجهد ۾ هڻ هٿان ۾ جوش جذبي کان ڪم نہ ورتو هجي. مان اهو بہ ٿو سمجهان تہ پل، جڳهہ يا ڪا ٻي مشهور معروف تعمير جوش ۽ جذبي کان سواءِ جڙي راس نہ ٿي هوندي. ڪنهن بہ ماڻهوءَ اهڙو علم ادراڪ بنا ڪنهن جوش ۽ ولولي جي حاصل ڪونہ ڪيو هوندو، جنهن کي ڏسي ماڻهو حيران

ٿي ويا هجن. سيني واپارين ۾ هڪ شيءِ ساڳي هوندي آهي، يعني هو پنهنجي پيداوار بابت ڏاڍا پر جوش هوندا آهن.

ڪنهن ڪم ۾ ڪمال حاصل ڪرڻ، پنهنجي فن ۾ ماهر ٿيڻ يا ڪا بي مثال شيءِ ٺاهڻ ۾ هر ماڻهوءَ جوش ۽ جذبي ڪان ڪم ضرور ورتو هوندو. اسان مان هرهڪ ماڻهو اهڙو خوش نصيب ڪونه هوندو آهي، جو هو ڪاميابيون ماڻي سگهي. توهان کي به اچرج لڳندو هوندو ته هنن ڳالهين بابت ايڏو پر جوش ڇو آهيان. هن ڳالهه کي وڌيڪ سولن لفظن ۾ هيئن به چئي سگهجي ٿو ته امنگ ۽ اڌ سان وڏي سوپ به ڏاڍي سولائي سان ماڻي سگهجي ٿي. پراچين سمي جي هڪ مهان ڏاهي ماڻهو ٽيرينس Terence جو قول آهي ته ڪوبه ڪم ڏکيو ڪونه هوندو آهي. پر جيڪڏهن اوهان سولي ڪم کي به بي چتائيءَ سان ڪندا ته اهوبه ڏاڍو ڏکيو ٿي پوندو آهي."

ڪڏهن اوهان مضمون لکيو آهي؟ جيڪڏهن اوهان ان کي تڇ سمان سمجهندا يا ان کي ڪراهت جهڙو تصور ڪندا ته اهو به اوهان لاءِ ٽڪر ٽاڪڻ جهڙو اولو ڪم ٿي پوندو. پر جيڪڏهن اوهان جي اندر ۾ هن ڪم لاءِ اُتساهه ۽ امنگ جاڳي ٿو پوي ته اهو مضمون نه رڳو توهان کي پلو لڳندو. پر ٻين ڪان وڌيڪ بي مثال پڻ لڳندو. توهان کي به ائين محسوس ٿيندو ته ڄڻ توهان انهيءَ مان لطف اندوز ٿي رهيا آهيو.

جيڪڏهن توهان فقط لکڻ ڪان نفرت ٿا ڪريو ته مضمون کي نفرت جوڳو نه سمجهو. جڏهن توهان جي ذهن ۾ امنگ ۽ اڌما جاڳندا ته توهان جي دل لکڻ لاءِ پاڻ مرادو آماده ٿي پوندي.

اڳين باب ۾ مان ٻين جي ڀلائي ۾ دلچسپي وٺڻ لاءِ زور ڏنو هو. ان سان گڏ مون هيءَ صلاح به ڏني هئي ته ٻين جي ڀلائيءَ ۾ دلچسپي وٺڻ جو رڳو واعدو ڪرڻ يا ڪنڌ لوڏي فقط ها ڪرڻ مان توهان کي ڪنهن به قسم جو فائدو ڪونه ٿيندو. جيڪڏهن ٻين جي ڀلائيءَ ۾ دلچسپي وٺڻي اٿو ته هينئر جو هينئر ڪم ڪررڻ شروع ڪريو، نه ته انهيءَ ڳالهه تان ماڳهين هٽ ٿي ڪٽي ويجو، جيڪڏهن اهو ڪم توهان هينئر جو هينئر ڪرڻ شروع ڪندئو ته توهان جي دلچسپي به ويتر وڌڻ شروع ٿيندي ۽ دلچسپيءَ جو وڌڻ به اتساهه ۽ امنگ هجڻ سان ٿيندو آهي.

جيڪڏهن مان ماڻهن جي مدد ڪرڻ لاءِ ٻن لفظن جي چونڊ ڪريان ته مان پنهنجي هن ڪتاب مان هنن ٻن لفظن "پر جوش دلچسپي" Enthusiastic Interest جي چونڊ ڪرڻ وڌيڪ پسند ڪندس. تڏائي سان دلچسپي وٺڻ

دلچسپي نہ وٺڻ جي برابر هوندي آهي.

مان هتي اوهان کي هيءَ ڳالهہ سمجهائڻ جي ڪوشش ڪري رهيو آهيان تہ جيڪڏهن اوهان جي دل ۾ ماڻهن جي لاءِ ڪو جوش ۽ ولولو ڪونہ آهي تہ اوهان ۾ سندن ڀلائي لاءِ دلچسپي پيدا ٿي ڪانہ سگهندي. مون کي خبر آهي تہ منهنجا گهڻا دوست آهن ۽ انهن ماڻهن سان منهنجي دوستي انهيءَ ڪري ٿي آهي، جو مان سندن دلچسپين يا مسئلن ۾ دلچسپي وٺي رهيو آهيان. مان هيءَ ڳالهہ وري بہ ورجائي رهيو آهيان ۽ اوهان کي چتائي چئي رهيو آهيان تہ ماڻهن جون ڳالهيون دل جي ڪنن سان ٻڌو جو توهان کي ائين چوڻ جي ضرورت محسوس نہ ٿئي تہ ادا اها ڳالهہ مان سمجهي ڪانہ وري تہ ٻڌائجانءِ. ولسن مزنرWilson Mizner هڪ ڀيري چيو هو، "تہ جيڪو ماڻهن جون ڳالهيون دل جي ڪنن سان ٻڌندو آهي، سو گهڻو مشهور ٿي ويندو آهي ۽ ان کان پوءِ ڪيس هر ڪا ڳالهہ سمجهہ ۾ اچي ويندي آهي."

ڇا توهان فقط بي مثال ڪم ڪندا آهيو؟

جيڪڏهن ڪو ماڻهو ڏهاڙيءَ جي ڪاروهنوار جي سرگرميءَ ۾ ڪنهن اتساهہ جو مظاهرو ڪري ٿو تہ ان جو تعلق بہ جوش ۽ جذبي سان آهي. جيڪي ڳالهيون جوش جذبي بابت بيان ٿي چڪيون آهن ۽ بيان ٿينديون، سي پڻ اتساهہ سان لاڳاپيل هونديون آهن. مان نفسيات جو عالم Psychologist ۽ نفسياتي طبيب Psychatrist ڪونہ آهيان، جو اوهان کي سائنسي طور ٻڌائي سگهان تہ جوش جذبو ۽ اتساهہ ڇا آهي ۽ اهي ڪهڙي طريقي سان حاصل ڪري سگهبا آهن. پر مون کي پورو يقين آهي تہ اهي ڳالهيون پاڻ تي ضابطي Self Control سان تعلق رکن ٿيون تنهن ڪري سندن لاڳاپو فڪري قوت Mind سان آهي.

مون کي پڪ آهي تہ اوهان کي پڻ مون جيان احساس آهي تہ اتساهہ کان سواءِ سوچ جو سپجڻ ڪجهہ اڻ ٿيڻي ڳالهہ آهي. پر مشڪل ڳالهہ هيءَ آهي تہ گهڻا ماڻهو ڪنهن ڳالهہ کي زندگيءَ جو مقصد تہ بڻائي وٺندا آهن، پر اهو سندن اندروني اهليت سان سَنَمڪُ ڪونہ هوندو آهي يا تہ وري ڪين پنهنجي زندگيءَ جو مقصد ئي ڪونہ هوندو آهي. هتي اسان کي ڪي جهڙيون تهڙيون ڪاميابيون ڏسڻ ۾ اچن ٿيون ۽ اهڙين ڪاميابين ماڻڻ وارن ماڻهن کي پورو يقين هوندو آهي تہ هنن ننهن چوٽيءَ جا زور لائي اهي ڪاميابيون حاصل ڪيون آهن.

مان سمجهان ٿو ته اهو وقتي عزت لاءِ غير مناسب بهانو آهي ته ”مان وٽ آهر پنهنجي وس کان ڪونہ گهٽايو آهي“ هن بابت مان سيني کي هڪجهڙي صلاح ڏئي رهيو آهيان ته، ”جيڪڏهن اوهان وٽ ڪان وڌيڪ پورهيو ڪيو بہ آهي ته ان کي وساري ڇڏيو.“ ٿورن معاملن ۾ ائين بہ ٿيندو آهي. پر اڪثر ڪري اهڙو رويو جيڪو ذهني ڪيفيت کي صحيح ڪرڻ ۾ مددگار ثابت ٿيندو آهي، ۽ اهو وقت گذرڻ سان ذهن تي اثر ڪري ڪو نہ سگهندو آهي.

انهي سوچڻ بدران ” مان وٽ ڪان وڌيڪ ڪري رهيو آهيان ۽ ذهني ڪيفيت کي صحيح ڪري رهيو آهيان.“ توهان پنهنجي مقصد جو تعين ڪري پنهنجي مسئلي جو نئون ترت حل ڇو نٿا ڳوليو؟ جيڪو توهان جي لاءِ وڌ ۾ وڌ سنو هجي. توهان کي يقين ڪامل هئڻ گهرجي ته توهان کي ائين ڪرڻ جي پوري سگهہ آهي ۽ توهان بلڪل ائين ڪري سگهو ٿا. ڪنهن شيءِ کي گهٽائي مختصر ڪرڻ Contraction ان کي اصل نقطي کان هٽائڻ Distraction برابر هوندو آهي. توهان اها ڳالهہ وساري ڇڏيو ته توهان اهو ڪم ڪري ڪونہ ٿا سگهو يا ڪرڻ جهڙو ڪونہ آهي يا ڪرڻ نہ گهرجي وغيره وغيره. ائين سمجهڻ ڪيي ته جيڪي گهڙيا سي چڙهيا، جيڪڏهن ائين سوچيندئو ته پنهنجا مقصد اوس بہ ماڻي سگهندئو، مان جڏهن توهان کي نہ ڪري سگهڻ واريون ڳالهيون ذهن مان ڪڍڻ لاءِ چئي رهيو آهيان ته مان اخلاقي ۽ لائي يا تاس جي روايتي راند جو پرچار ڪونہ ڪري رهيو آهيان، مان فقط توهان کي اهو متاثر ڪرڻ جي ڪوشش ڪري رهيو آهيان ته گهڻا ماڻهو پنهنجي تنگ نظري ڪري وڏي سوڀ ماڻڻ کان رهجي ويندا آهن. سندن خيال هوندو آهي ته ڪک پيچي پيٺي ڪرڻ کان سواءِ پنهنجا مقصد ماڻي وٺن. سندن رويو هوندو آهي ته ”مان ته هي ڪم ڪري ئي ڪونہ ٿو سگهان“ نہ ڪرڻ جا پيا مختلف بهانا ڪندا آهن.

توهان کي سمجهڻ کپي ته توهان ۾ تمام گهڻي اهليت آهي ۽ ڪهڙي بہ ڪم کي سٺي طريقي سان مڪمل ڪري سگهو ٿا.

اهو ڪهڙو نہ عجيب قسم جو احساس آهي تہ ڇا توهان هر صورتحال کي مڙسيءَ سان منهن ڏئي سگهو ٿا؟ توهان بلڪل ائين ڪري سگهو ٿا. جيڪڏهن توهان کي ائين ڪري سگهڻ جو پاڻ تي مڪمل اعتماد آهي، تہ پوءِ سمجهو تہ توهان خوش نصيب انسان آهيو. اها هڪ حقيقت آهي تہ

توهان کھڙي بہ صورتحال کي مردانگيءَ سان منهن ڏئي سگهو ٿا.

جي. اي. هاڊ فليلڊ J.A. Had Field جو بيان آهي تہ، ”عام تجربي مان اسان هيءَ ڳالهہ سکي چڪا آهيون تہ جڏهن ڪنهن کي ڏکي صورتحال کي منهن ڏيڻ لاءِ للڪاريو ويندو آهي تہ جيڪڏهن اسان ان للڪار کي جُنگ جوان جيان بي ڊپو ٿي قبول ڪيو ۽ پنهنجي قوت کي مڪمل اعتماد سان استعمال ڪيو تہ خطرا ۽ مشڪلاتون خود پاڻ ان انسان جي طاقت بڻجي وينديون آهن.“

توهان اهڙيون ڪيتريون ڳالهيون پڙهيون هونديون تہ ماڻهن ۾ ڪنهن هنگامي حالت دوران ايتري طاقت اچي ويندي آهي، جو ماڻهو حيران ٿي ويندا آهن. مثال طور جڏهن ڪنهن ماڻهوءَ جا ٻار ٻچا گاڏيءَ هيٺيان اچي ويندا آهن تہ ڪين ڪيڻ لاءِ پنهنجي ڳوريءَ گاڏيءَ کي بہ ڪٽي ويندا آهن. ٻيا بہ ڪي اهڙا ڪم ڪندا آهن جن تي اعتماد ئي ڪونہ ايندو آهي. چاڪاڻ تہ اهي ڪم انهن ماڻهن کي ڪنهن بہ حالت ۾ ڪرڻا هوندا آهن. اهڙين اچرج جهڙين ڳالهين ۾ ڪجهہ وڌاءُ بہ هوندو آهي، پر گهڻيون ڳالهيون بلڪل سچيون هونديون آهن. ڪي حالتون اهڙيون هونديون آهن جو نهوڙي ناس ڪري ڇڏينديون آهن، اهو بہ ٿي سگهي ٿو تہ تمام سٺين شين سان توهان جو ڪڏهن واسطو ئي نہ پيو هجي.

جڏهن ماڻهوءَ کي ڪو ڪم ڪرڻو پوندو آهي تہ اهو ڪم ڪيس جسماني طور ڪرڻو پوندو آهي يا ذهني طور. اوهان سان هي احوال اورينديءَ مون کي هڪ مشهور مسخري سام ليونس Sam Levenos جي هڪ ڳالهہ ياد اچي وئي آهي. هن ٻڌايو تہ هڪ پيءُ ماءُ کي اڪيلي ڌيءُ هئي. هو ورهن کان وٺي سندس شاديءَ جي ڪوشش ۾ لڳا رهيا. نيٺ هڪ ڏينهن هڪ دولتمند ماڻهوساڻس شادي ڪرڻ جي خواهش ڏيکاري.

ڇوڪري جي ماءُ ڏاڍي سگهڙ ۽ ڀلي بورچياڻي هئي. تنهنڪري ان ڇوڪريءَ سندس مائٽن کي دعوت ڏيڻ جو فيصلو ڪيو، هن مائي کي اهو ويساهہ ڏيارڻو هو تہ ڇوڪري ڏاڍي سگهڙ ۽ سياڻي آهي ۽ ان سان گڏ سٺي بورچياڻي بہ آهي. هي ويچارا ڏاڍا غريب هئا. ڇوڪريءَ جي ماءُ ڏک پاپ ڪري چار ڏوڪڙ بچائي هڪ ٿلهي دنبي ترڪي ڪڪڙ خريد ڪئي ۽ رڌي پچائي تيار ڪئي جنهن سان وات پاڻي پاڻي ٿيڻ لڳو. جڏهن مهمانن آڏو ترڪي رکڻ جو وقت آيو ۽ ڇوڪري بورچياڻي جي دروازي مان نڪري ڪائڻ وار ڪمري ۾ داخل ٿيڻ لڳي. ان وقت سندس هٿن ۾ جهليل خونچي تي

پڪل ڦڪڙ رکيل هئي. بورچي خاني مان نڪرڻ مهل ڇوڪريءَ جو پير ڪنهن شيءِ سان وچڙي ويو ۽ ٿڙندي ٿاٻڙندي وڃي ڪمري جي ڪنڊ ۾ بيٺي. پڪل ترڪي بہ خونچي مان نڪري وڃي پري پئي ۽ ڪمري ۾ ماٽ ڇانئجي وئي. ڇوڪريءَ جي ماءُ ڏٺو تہ سندس سارو پورهيو اک ڇنڀ ۾ پاڻي ۾ هليو ويو. پاڻ بہ ڇڻ ترڪيءَ جيان پڇاڙجي هيٺ ڪري پئي هئي.

هن گهڙي ڪن لاءِ مٿي ڇت ڏانهن نهاريو، ڄڻ هوءَ خدا کان واهر لاءِ دعا گهرندي هجي. جڏهن هن پنهنجي پريشان حال ڌيءُ ڏانهن ڏٺو تہ سندس منهن مان ڄڻ نور چمڪڻ لڳو. معلوم ائين ٿيڻ لڳو ڄڻ تہ سندس دعا اگهامي وئي هئي ۽ پنهنجي ڌيءُ کي چيائين، ”منهنجي ٻچڙي جيڪو ٿيو سو ٿيو، هاڻي هيءَ ترڪي ڪٺي وچ ۾ ٻي ڪٺي آهي.“

هڪ ڀيري مون سان ساڳئي قسم جي ويڌن ٿي گذري هئي. ٻہ ٽي سال ٿيندا جو آئون هڪ مرد سان گڏ حافظي جي موضوع تي ليڪچر ڏيندو هئس ۽ اهڙو مظاهرو بہ ڪندو هوس ۽ اسٽيج تي اڌ هُو ياد ڪندو هو ۽ اڌ مان ياد ڪندو هوس.

منهنجي پائيوار وچي ٻيو ڏنڌو شروع ڪيو ۽ مان اڪيلو ٿي پيس مون کي ذهني طاقت جي موضوع تي ليڪچر ڏيڻا ۽ حافظي جو مظاهرو بہ ڪرڻو هو. پر پائيوار ڪونہ هو. مان انهن ماڻهن کي پاڻ وٽ سڏيو جيڪي منهنجي ليڪچر جو بندوبست ڪندا هئا. ڪين ٻڌايم تہ مان ساٽن ڪيل واعدو پورو ڪري ڪونہ ٿو سگهان. انهن ماڻهن مان ڪن چيو تہ هاڻي دير ٿي چڪي آهي ۽ اسان سڀ بندوبست ڪري ڇڏيو آهي. اهڙي پئي ماڻهو ملڻ جو امڪان ڪونہ آهي، تنهن ڪري مون کي اهو اڪيلي سر ڪرڻو پوندو.

مان ڏڇي ۾ ڦاسي پيو هوس، مون سمجهيو پئي تہ اهو ڪم اڪيلي سر ڪري ڪونہ سگهندس هڪ ماڻهوءَ لاءِ ايترو گهڻو ياد ڪرڻ ڏکي ڳالهہ هئي. ساڳيءَ ريت ايڏي وڏي اسٽيج تي اڪيلي سر اهڙو ڪم سرانجام ڏيڻ ڏاڍو ڏکيو معلوم ٿي رهيو هو.

هڪ ماڻهوءَ چيو تہ ”مون اهو مشهور ڪري ڇڏيو آهي تہ اسٽيج تي ٻہ ماڻهو ڪردار ادا ڪندا. بهتر آهي تہ تون پنهنجي گهر واري ريني Renee کان مدد وٺ.“

رينيءَ هن کان اڳ سامعين آڏو هڪ اکر بہ ڪونہ ڳالهايو هو. پر هوءَ ماڊلنگ جو ڌنڌو ضرور ڪندي هئي. جيئن تہ منهنجي لاءِ ڪو ٻيو ڳتو ڪونہ هو. پوءِ مان ريني جي وٽي خوش آمد ۽ چاپلوسي ڪرڻ شروع ڪئي ۽

هُن مس وچي منهنجي ڪيل واعدي کي پاڙڻ لاءِ منهنجي مدد ڪرڻ جي هامي ڀري. مون کي خوف هو تہ جيڪي مان پنهنجي حافظي جون ڪرامتون ڏيکاريندو هوس، سي ائين ڪرڻ سان هميشه لاءِختم ٿي وينديون.

جڏهن اسان جي جوڙيءَ ڀهريون ڀيرو سامعين آڏو آئي تہ اسان ڏاڍا ڊنل هئاسون، ريني کي اها پڪ ٿي ڪانہ هئي تہ سندس وات مان ڪو هڪ اکر بہ اُکلي سگهندو. مون کي بہ پاڻ تي ويساهہ ڪونہ هو تہ مان بہ ڪي ايتريون ڳالهيون ياد ڪري سگهندس، جيتري ماڻهن کي توقع هئي ۽ ڪين وندرائي سگهندس. مان نہ ڳائي سگهندو آهيان ۽ نہ نچي سگهندو آهيان. نہ وري ڀڪين جون ڀوليون ڀولي سگهندو آهيان. مون کي وِسري ويو هو تہ هاٿي منهنجي انهيءَ فن جو اجهو ڏينگو ڏيري ٿيڻ وارو آهي.

اسان اُگرين حالتن ڪري هٿ ڪيڙي ۾ سوگها ڪري ڇڏيا هئا. پر اهڙين هنگامي حالتن ڪري اسان ۾ ڇڻ هڪ طاقت يا شڪتي پيدا ٿي پئي هئي، اسان جو ادا ڪيل پروگرام اڳئين کان وڌيڪ سٺو ٿيو. سامعين اهو ڏسي ڏاڍو متاثر ٿيا هئا تہ ڀن بدران آءٌ اڪيلو آهيان ۽ اڪيلي طور اهو سڀ ڪجهہ ياد ڪري رهيو آهيان، جيڪو اڳي بہ ڇٽا ڪندا هئاسين. رينيءَ جي اسٽيج تي موجودگي ڪري هڪ دلفريب فضا پيدا ٿي وئي هئي، جيڪا اڳي ڪونہ ٿي هئي ۽ اسان ڏاڍو ڪامياب وياسون.

هي هڪ نهايت ضروري ڪوشش هئي ۽ اسان کي وقت جي نزاڪت کي ڏسي ائين ڪرڻو هو. اهو بهتر ڪارنامون جيڪو مان پنهنجي زندگيءَ ۾ اڳي ڪونہ ڪيو هو، ان ڪان پوءِ مان ۽ منهنجي زال اهو ڪم گڏجي ڪندا آهيون ۽ ساري ملڪ جي ڪنڊ ڪڙڇ ۾ پيا پنهنجي سامعين کي وندرائيندا آهيون.

ان ڪان سواءِ مون کي حافظي جي موضوع تي هڪ ڪتاب لکڻ جو اعزاز حاصل آهي. جنهن جو وڪرو تمام گهڻو ٿيو آهي، هتي ڪي اهڙا بي ايمان ماڻهو بہ آهن، جيڪي منهنجي سرگرمين جو نقل ڪندا آهن. ماڻهو چون ٿا اهڙو ڪم چاپلوسي ۽ خوشامد ڪرڻ آهي. جيڪڏهن حالتون مجبور نہ ڪن ها ۽ مون ۾ اهڙي ذهني صلاحيت نہ هجي ها جنهن ڪان اڳي باخبر ڪونہ هوس تہ مان ڪڏهن بہ هن قسم جو ڪتاب ڪونہ لکان ها.

مان توهان کي ڪڏهن بہ اهو مشورو ڪونہ ڏيندس تہ توهان ڪو اهڙو ماحول پيدا ڪريو جو توهان مون جيان هٿ ڪيڙي ۾ سوگها ٿي وڃن. پر منهنجي اوهان کي اها صلاح آهي تہ پاڻ ۾ جوش جذبو، اُتساهہ ۽

شوشنائي Initiative پيدا ڪريو ۽ بهتر ڪارڪردگي ۽ نتيجا ڏيکاريو. توهان کي هي ٿئي شيون ايتري بي پايان سگهه ڏينديون. جيتري هنگامي حالتن ۾ انسان کي ملي وينديون آهي. هنن ڪان سواءِ مايوسي ۽ شڪست مقدر بڻجي وينديون آهي. اسان مان گهڻن ماڻهن جي زندگي ڏکن ڏاکڙن جي ڻهيل هوندي آهي ۽ انهن ڏکن ڏاکڙن کي هڪ نه ٻئي طريقي سان ضرور ختم ڪرڻ کپي. جيڪڏهن اوهان ۾ هڪ ڀيرو جوش جذبي ۽ اُتساهه پيدا ڪرڻ جي هير پيدا ٿي پئي ته اهڙا مسئلا جلد ۽ سولا حل ٿي سگهندا ۽ اوهان کي پتو به ڪونه پوندو ته اهي به ڪي مسئلا آهن.

جڏهن توهان کي هڪ ڀيرو اها لونجهه لڳي وئي ته پوءِ ڳڻتيون ڇڏي وينديون. توهان پاڻ ۾ ويساهه ڪريو ته توهان هر آئيءَ ويل ۽ ڏک ڏچي کي مڙسيءَ سان منهن ڏئي سگهو ٿا. فقط هڪ ڀيرو نه پر سدائين لاءِ.

پنهنجو پاڻ تي ننڊ پڙهڻ Self- Hypnosis وارو طريقو توهان کي ڪهڙي ريت فائدو پهچائي سگهي ٿو؟

جيڪڏهن توهان کي پنهنجو پاڻ تي ڪنهن ڪم ڪرڻ جو پورو پروسو آهي ته پوءِ سمجهڻ کپي ته توهان اهو ڪم ڪري ڪاميابي سان توڙ پڄائي چڪؤ. مان هتي ڪنهن جبل کي چورڻ پورڻ جي يا ٻي اهڙي ڳالهه ڪانه ٿو ڪريان. جيمس بئري James Barrie جو چوڻ آهي ته اسان مان گهڻن ماڻهن کي پاڻ تي ايڏو پرسو هوندو آهي، جو چوندا آهن ته جيڪڏهن ٻين ماڻهن کي پنهنجي رستي مان هڪ ٺڪريءَ کي پري ڪرڻ جو ٻلُ آهي ته اسان کي پنهنجي رستي مان هڪ جبل کي پري ڪرڻ جيتري سگهه آهي. هن ناتي ڪي ڳالهيون مناسب ۽ مقعول ڏسبيون آهن. ته ڪي وري عقلمنديءَ کان ڪجهه ٻاهر به ڏسبيون آهن.

هتي ننڊ پڙهڻ Hypnosis هڪ سٺو مثال آهي يا هن جي ثابتي آهي. هن عمل وسيلي معمول هڪ مخفي طريقي سان پاڻ کي اهو ڪجهه سمجهندوآهي جيڪو حقيقت ۾ ڪونه هوندو آهي. يعني هي اهڙو وڏو ڪم ڪري سگهي ٿو. جنهن کي ڪرڻ لاءِ عام طور تي منجهس سگهه ڪانه هوندي آهي.

ڪنهن ماڻهوءَ کي ننڊ پڙهڻ Hypnosis وسيلي اهڙو ويساهه ڏياريو ويندو آهي ته ڪيس قلم ڪٽڻ جيتري به طاقت ڪانه آهي ۽ اها ڳالهه پنهنجي نيت جي سچائي سان چوندو آهي. هڪ ڀيرو ڪيس اهو ويساهه ڄمي ويندو آهي ته هو قلم ڪٽي سگهڻ جيترو به سگهارو ڪونه آهي. مون کي پڪ آهي

توهان بہ ننڊ پڙهڻ جو مظاهرو يا ڪو پيو اهڙو تجربو ڏٺو هوندو. مون کي اها بہ پڪ آهي تہ توهان مان گهڻن کي اها خبر هوندي تہ ننڊ پڙهڻ مشوري ۽ ترغيب Suggestion کان سواءِ ٻيو ڪجهہ بہ ڪونہ هوندو آهي.

اسان مان هرهڪ تي گهڻو ڪري پنهنجو پاڻ تي بہ ننڊ پڙهڻ جو عمل Self- Hypnosis تيندو آهي. اسان بہ مشوري ۽ ترغيب ملڻ تي هڪدم عمل ڪرڻ شروع ڪري ڏيندا آهيون. ننڊ پڙهڻ جو اهو عمل يا تہ اسان پنهنجو پاڻ تي خود ڪندا آهيون يا وري ٻيا ماڻهو اسان تي ڪندا آهن. توهان کي خبر آهي تہ جڏهن توهان جي پرسان ويٺل ماڻهو اوٻاسيون ڏيندو آهي، تہ توهان کي بہ اوٻاسي ڏيڻ جي ضرورت محسوس ٿيندي آهي يا جڏهن هڪ ماڻهو اکين مان ڳوڙها ڳاڙڻ شروع ڪندو آهي، تہ توهان جي اکين مان بہ لڙڪ لڙي پوندا آهن. جيڪڏهن مان توهان سان پنهنجي ڪاڏ يا خارش جي ڳالهہ ڪندس تہ توهان بہ ان ئي گهڙيءَ پنهنجي چنگهہ، ٻانهن ۽ منهن تي کنهڻ بہ شروع ڪري ڏيندئو، اهو بہ ممڪن آهي تہ اوهان منهنجي هيءَ ڳالهہ پڙهي کنهڻ بہ شروع ڪري ڏنو هجي؟

اوهان کي ياد هوندو تہ ڪجهہ عرصو اڳ "اوئيجا بورڊ" Ouija Board واري لڪيل هڪ ڦرهيءَ وسيلي ڪي ڪرتب ڏيکاري ماڻهن کي حيران ڪيو ويندو هو؟ لڪيل هڪ تختيءَ تي مخصوص قسم جي ڪَلَ Gimmicks چرپر ڪري ماڻهن جا هزارين پيچيل سوالن جا جواب ڏيندي هئي ۽ ٻيٺل ماڻهو ان کي ڪرامت ڪري سمجهندا هئا. جيڪڏهن مان اوهان کي هيءَ ڳالهہ ٻڌايان تہ اهو عمل بہ مشورو ۽ ترغيب ڏيڻ آهي. پر ان هوندي بہ اهو مشورو ۽ ترغيب نہ آهي.

ڇا توهان ان کي، پاڻ بہ ثابت ڪرڻ چاهيندئو؟ توهان نوَ يا ڏهہ انچ ڊگهي ڏوريءَ جي هڪ ڇيڙي سان ڇلي جهڙي ننڍڙي شيءِ ٻڌو. پوءِ تاس جا پنج پتا سبتا ڪري پٽاري رکو. ڏوريءَ جو هڪ پاسو هٿ ۾ جهليو ۽ انچ کن ڊگهو ڇلو هڪ پتي مٿان رکو. ان ڇلي کي پهرئين پتي تي ڦيرايو. توهان کي معلوم ٿيندو تہ اهو ڇلو ڪارن پتن وٽ اڪتي پوئتي ٿئي ٿو. پر جڏهن ڳاڙهن پتن تي پهچي ٿو تہ گول ڦرڻ شروع ڪري ڏئي ٿو.

ان سلسلي کي چڱيءَ ريت ڌيان ۾ رکو ۽ وري آزمائي ڏسو تہ ڇلو ڪارن پتن وٽ اڪتي پوئتي ٿئي ٿو ۽ ڳاڙهن پتن وٽ گول ڦري ٿو. توهان وري بہ پاڻ آزمايو يا پنهنجي ڪنهن دوست کي ائين ڪرڻ لاءِ چئو. توهان کي محسوس ٿيندو تہ منهنجي ڳالهہ واقعي سچي آهي. يقين ڪرڻ لاءِ اوهان وري

بہ چلي کي ڪارن ۽ ڳاڙهن پتن تي آزمائي ڏسو. هي پاڻ تي نند پڙهڻ يا پنهنجو پاڻ کي مشوري ۽ ترغيب ڏيڻ (Auto-Suggestion) جو هڪ مثال آهي. هن مثال مان اوهان چڱيءَ ريت سمجهي سگهندا تہ توهان جو غور فڪر طبعي سرگرمي مٿان ڪهڙي طريقي سان ضابطو رکي رهيو آهي، اهو اهڙو تہ نازڪ ۽ نفيس آهي، جنهن جو خود توهان کي بہ احساس ڪونہ ٿيندو.

توکي هن احساس وسيلي اعتماد ٿي ويندو تہ توهان کي شيون ڪري سگهو ٿا. ائين ڪرڻ جو توهان وٽ اهڙو جوش جذبو موجود آهي، توهان جو اهو خيال تہ توهان هرشيءَ مهارت سان ڪري سگهو ٿا ۽ ڪري ويندئو، پاڻ تي اهڙو پڪو ڀروسو هرشيءَ کي ڪاميابيءَ سان مڪمل ڪرڻ ۾ واهر ڪندو آهي. هي مثال هڪ سيلسمئن جي ڳالهہ جي سنمڪ آهي، جيڪو پندرهن هزار ڊالر ساليانو ڪمائيندو هو. هُو اهڙو طريقہ ڪار اختيار ڪندو هو، جو کيس پندرهن هزار ڊالر ڪميشن هر سال ملي ويندي هئي.

هڪ سال سندس علائقي مان 30 سيڪڙو حد ڪٽي وئي، پر پوءِ بہ کيس پندرهن هزار ڊالر ڪميشن جيتري ڪمائي ٿي. ٻئي سال سندس حد مان ڪجهہ حصو وري بہ ڪاٽيو ويو، تہ بہ هُو پندرهن هزار ڊالر ڪيمشن طور ڪمائي ويو. ٽئين سال هن کي هڪ نئين حد ڏني وئي ۽ ساما ن وڪري ڪان پوءِ هن ڪميشن طور وري بہ پندرهن هزار ڊالر ڪمايا هئا.

توهان کي معلوم ٿيندو تہ هن سيلسمين (Salesman) پنهنجي سوچ فڪر ۾ پڪو پهہ ڪري ڇڏيو هو. هو انهيءَ رقم کان وڌيڪ ڪڏهن بہ ڪمائي ڪونہ ٿي سگهيو، هن پاڻ کي اهو مشورو ۽ ترغيب ڪن ورهين کان وٺي ڏيڻ شروع ڪئي هئي، تنهن ڪري کيس اهو ويساهہ ڄمي ويو هو ۽ ان کان وڌيڪ ڪمائڻ جو سوچيو بہ ڪونہ هئائين. هڪ اهڙيءَ نئين حد ۾ جتي پندرهن هزار ڊالر ڪيمشن ڪمائڻ مشڪل هو تہ پوءِ کيس اها پڪ ڄو هئي تہ هو جيڪڏهن وڌيڪ جاکوڙ ڪندو تہ پندرهن هزار ڊالر ڪمائي سگهندو. پر جڏهن هو اهڙي حد تي مقرر هو جتي کيس پندرهن هزار ڊالر ڪمائڻ سولو هو تہ اتي وري کيس اهو ويساهہ ويئل هوتہ هو انهيءَ رقم کان وڌيڪ ڪڏهن بہ ڪمائي ڪونہ سگهندو. تنهن ڪر ايتري محنت ڇو ڪري؟

هيءَ توهان کي بيوقوفيءَ جهڙي ڳالهہ ڏسڻ ۾ ايندي پر اسان سڀ بہ تہ ائين ڪندا آهيون، ڇو؟ مون کان پڇ- مون کي بہ خبر ناهي اسان پنهنجي لاءِ هڪ تصور قائم ڪري ڇڏيندا آهيون. پنهنجي درجہ بندي ڪري ڇڏيندا آهيون ۽ پنهنجو خاص حصو مقرر ڪري وٺندا آهيون. شايد اسان اهو تحت

شعوري طور ڪندا آهيون، جنهن ڪان ٻاهر وڃڻ لاءِ گهڻ ڪوشش ڪندا آهيون. ان جو سولو مثال سيلزمين آهي، جنهن جي ساليانِي ڪمائي پندرهن هزار ڊالر آهي جنهن ڪي هيءَ ڳالهه ويساهه ۾ ويهي وئي آهي تہ هي پندرهن هزار ڊالر في سال وارو ماڻهو آهي ۽ هن ڪان وڌيڪ ڪمائي سندس ڀاڳن ۾ لکيل ڪانہ آهي.

هيءُ مثال اسان مان هرهڪ سان ٺهڪي بيهي ٿو. اسان ناڪامين ڪان ڇرڪي وڌيڪ ڪرڻ ڪان هٻڪي ويندا آهيون.

پر جيڪڏهن توهان پنهنجي مقصد ڪي چڱيءَ ريت پروڙيندئو تہ توهان ڪي معلوم ٿي ويندو تہ انهيءَ ڪي ماڻڻ ڏاڍو آسان آهي. جيڪڏهن توهان جو مقصد توهان ڪان ٿورو وٿيرڪو آهي تہ ان ڪي ٿورو اوچو ڪريو تہ اهو توهان ڪي وڌيڪ چٽو ڏسڻ ۾ ايندو. پر ممڪن آهي تہ توهان پنهنجي ڀهرئين بنايل مقصد ڪان گهڻو اڳتي نڪري ويا هجو! پنهنجي مقصد ماڻڻ واسطي، جذبي ڪان ڪم وٺو. ٿوريون گهڻيون غلطيون پنهنجي مقصد واري مارڳ (رستي) ڪان ڪڏهن بہ روڪي ڪونہ سگهنديون. پر هيءَ ڳالهه ضرور ياد رکو تہ جيڪڏهن توهان ڪا غلطي ڪئي آهي تہ ڪوشش ڪريو تہ جيئن اها وري نہ ٿئي.

اهو پڪو پهہ ڪيو تہ توهان ڪٽندئو، سوڀ ماڻيندئو. ڪٿڻ وارو خيال سيني ۾ سانڍي امنگ ۽ اڌمن سان ڪم ڪريو. اهو بہ سمجهي ڇڏيو تہ رنڊڪون ۽ مشڪلاتون بہ توهان سان گڏ سفر ڪري رهيون آهن. پر جيڪڏهن توهان اهڙا نندڙا ماڻهو آهيو، جو توهان جو مقصد سوڀ ماڻڻ نہ، پر ناڪامين ڪان پاسو ڪرڻ آهي تہ پوءِ توهان جي نظر شفتالوءَ بدران ان وڻ جي ڇِلهي ۾ ڪٽل آهي. پوءِ توهان انهن ماڻهن مان آهيو، جيڪي مڪمل سوڀ ماڻي ڪونہ سگهندا آهن. جن لاءِ مون لکيو آهي تہ جيڪڏهن سندن نظر ڀهريائين شفتالوءَ تي پئي تہ اهي پنهنجي مقصد جو موتي ماڻي سگهندا. توهان اهي سيلزمن آهيو جو پندرهن هزارن ڊالرن ڪان وڌيڪ حاصل ڪرڻ واسطي ڪوشش ڪرڻ ڪان ڊڄي رهيو آهي. ۽ هن ڪي پڪ آهي تہ هو ڪيڏو بہ پورهيو ڪندو تہ بہ هن ڪان وڌيڪ ڪڏهن بہ ڪمائي ڪونہ سگهندو. توهان جي سوچ فڪر هڪ خيالي پلاءَ رڌڻ واري مصنف، جيان آهي. جيڪو هن ڊڄ ڪان ڪونہ لکندو آهي تہ متان هو پنهنجي ڪوشش ۾ ناڪام ٿئي. توهان اهڙي مزاج جا ماڻهو آهيو، جيڪي پاڻ ڪي هر شيءَ ڪان بلڪل پري "Out" سمجهندا آهن، توهان جو هميشه اهو رويو هوندو آهي تہ، "مان هي

ڪم ڪيان ته ٿو، پر مان سمجهان ٿو ته ان ۾ ڪامياب ٿي ڪونه سگهندس يا مان هن ڪم کي هن ريت ڪري مڙئي جان ڇڏايان ٿو. هن ڪم بدران هي ڪم ڇونه ڪريان."

جيڪڏهن توهان پاڻ پري سمجهندءِ ته ان جو ڪوبه فائدو ڪونه ٿيندو. اڪثر ڪري پري رهڻ واري سوچ ان مقصد حاصل ڪرڻ واري خيال مٿان ڇانئجي ويندي آهي، جنهن کي توهان ماڻڻ لاءِ ڪوششون ڪندا آهيو. وليم.فاتح (William the Conquer) انگلينڊ تي حملي ڪرڻ مهل تنگ ٿي هڪ اهم فيصلو ڪيو هو. هن ڪناري تي پهچڻ شرط پنهنجي ٻيڙن کي ساڙي ڇڏڻ جو حڪم ڪيو ۽ پنهنجي فوج لاءِ پڙ تي پرزا ٿيڻ کان سواءِ ٻيو ڪُٿو ڪونه ڇڏيو. تنهن ڪري سندس لاءِ جنگ کٽڻ لازمي هئي. جيڪڏهن هن هارايو ته هن لاءِ بچڻ کان سواءِ ڪا ٻي ڪانه هئي ڇو ته سڀ رستا بند هئا.

پنهنجو غرض به گهٽو ڪجهه ڪري سگهي ٿو

پنهنجي ذاتي غرض کان سواءِ ڪو اُتساهه Initiative ڪونه ملندو آهي. هن ڪتاب جي مختلف بابن ۾ ذاتي غرض جي موضوع تي به لکيو ويو آهي ۽ چڱي ريت واضح ڪيو ويو آهي ته تنهنجو ذاتي غرض به سٺو آهي. غرض جو ڪِريل نمونو بلڪل غلط هوندو آهي ڇو ته اهو ٻين ماڻهن کي نقصان رسائيندو آهي.

مان محسوس ڪريان ٿو ته ذاتي غرض وسيلي ماڻهو ڪجهه ڪرڻ چاهيندو آهي، ڪيس اُتساهه ملندو آهي ۽ ان وسيلي پهاڪاري Initiative حاصل ٿيندي آهي. ڪن واپارين ۽ ڪن تنظيمن بهتر ڪارڪردگي ناتي پنهنجي فن جو مظاهرو ڪيو آهي. مون کي معلوم ٿيو ته نمايان ڪارڪردگيءَ وارا ايوارڊ انهن ماڻهن کي مليا، جيڪي وڏيڪ آنا پسند ۽ خود غرض هئا ۽ هنن چاهيو پئي ته پنهنجي ڪاروباري امتيازي حيثيت حاصل ڪن. منهنجي خيال ۾ اهو ڪو غلط طريقو ڪونه آهي.

اهي ساڳيا ماڻهو ٻين ۾ به جوش جذبو پيدا ڪري سگهن ٿا. خاص ڪري پنهنجن گراهڪن ۾ سيلزمينشپ (Salesmanship) جي موضوع تي. لکيل ڪتابن پڙهڻ مان تو کي معلوم ٿي ويندو ته سيلزمين جڏهن واپاري شيون کڻي گراهڪن وٽ پهچندو آهي، جيڪي وري اهي شيون پنهنجن گراهڪن کي ڏيندا آهن. ان وقت هن جي دلچسپي پاڻ بدران انهن گراهڪن ۾ هوندي آهي ۽ ڏسندو اهو آهي ته سامان جي وڪري مان ڪائنن ڪيترو

فائدو حاصل ڪري سگهي ٿو. توهان انهن ماڻهن جي ڏنڌي جي مسئلن ۾ دلچسپي وٺو ۽ ڏسو تہ توهان جي ڪارخاني جون ناهيل مشينون هنن لاءِ ڪيترِيون فائدي واريون آهن.

مون سيلزمين کي مثال طور ڪم آندو آهي. ڇاڪاڻ تہ اسان سڀ سيلزمين آهيون ۽ ڪانہ ڪا شيءِ وڪڻي رهيا آهيون، اسان رڳو تيار ٿيل ڪاپي جون مشينون فقط رستن تي ڪٺي ڪونہ ڦرندا آهيون. پر اسان پنهنجو پاڻ کي پڻ وڪڻڻ جي ڪوشش ڪندا آهيون. يعني اسان پنهنجا خيال، سوچ فڪر ۽ شخصيتون ٻہ تين وال ڪري ڇڏيندا آهيون. ان ۾ ڪوبہ فرق ڪونہ ٿو پوي تہ توهان پنهنجي جياپي لاءِ ڇا ڪري رهيا آهيو پر توهان هڪ سيلزمين Salesman ضرور آهيو.

توهان پنهنجي چوڌاري هڪ خيالي ڇت ڪٺي ڇڏي آهي، مَنَ ۾ اٺيهئي مقرر دائري اندر سوچي ويچاري رهيا آهيو.. ڪوشش ڪريو. توهان کي اتان پاڻ نڪرڻو پوندو ۽ ياد رکو تہ توهان جي اڏيل انهيءَ وانگاڙي اندر ڪو ٻيو ماڻهو داخل ٿي ڪونہ سگهندو، پر توهان پنهنجي اڏيل هن چو طرفي ڀت مان فقط ٻين جي ڀلائي ۾ دلچسپي وٺي ٻاهر نڪري سگهو ٿا. جيڪڏهن توهان ٻين جي ڀلائي ۾ ابتدائي دلچسپيءَ دوران پاڻ کي مُنڌل ۽ اٻالو ٿا سمجهو يا پنهنجي ڪارڪردگيءَ ۾ ڪي ڊرامائي ڳالهيون ٿا ڪريو تہ ڪا ڀَئي ڪانهي. ڀرين جوش جذبي ۾ ائين ٿي ويندو آهي. پر ڪوشش ڪريو يا ڪري ڏسو.

باب چوٿون

بهتر نتيجن لاءِ توهان کي پنهنجي اهليت ۽ ڪارڪردگي بابت سوچڻو پوندو.

سوچڻ ويچارڻ ڏاڍو اوکو ۽ اٽانگو ڪم آهي. اهو ئي ڪارڻ آهي جو غور فڪر تمام ٿورڙا ماڻهو ڪندا آهن. **(هينري فورڊ)**

سوچڻ ويچارڻ ڇا هوندو آهي؟ هن بابت مان ته ڪجهه به چئي ڪونه ٿو سگهان. سوچڻ "To think" لفظ جي خاص وصف بيان ڪرڻ سولي ڪونه آهي. هڪ ڊڪشنري ۾ هن لفظ جون اٽڪل ٽيهارو ڪن مختلف وصفون ڏنل. انهن مان هيٺيون ٽي وصفون وڌيڪ مناسب ڏسڻ ۾ آيون. (1) دماغ کي الٽ پلٽ ڪرڻ To turn over the mind، فڪر ڪرڻ Meditate، تورڻ تڪڻ، غور ڪرڻ Ponder، عقل، ذهن Reason، مسلسل خيال ڏيڻ To give continued thought، ڪنهن فيصلي تي پهچڻ In order to reach a descisi، سمجهڻ ۽ حل ڪرڻ وغيره. (2) ڌيان رکڻ To bear in descision، ياد ڪرڻ Recollect remember (3) توقع ڪرڻ expect، پيش بيني ڪرڻ Anticipate مٿي بيان ڪيل ٽي وصفون سوچڻ Thinking جي هڪ جامع تصوير پيش ڪن ٿيون. پر هتي سوچڻ جي معنيٰ مسئلي کي حل ڪرڻ To solve the problem آهي. ماضيءَ بابت سوچڻ معنيٰ ٿيندي ياد ڪرڻ ۽ مستقبل بابت سوچڻ جو مطلب پيش بيني ڪرڻ To anticipate آهي.

ٽنهي قسمن جون مٿي بيان ڪيل سرگرميون تمام گهڻيون اهم آهن. اسان جي زندگي ننڍن وڏن مسئلن کان لڳاتار متاثر ٿيندي رهندي آهي. مسئلن کي حل ڪرڻ واسطي ياد ڪرڻ (Remember) به اهم هوندو آهي. ياد ڪرڻ جي معنيٰ اسان جي ڄاڻ ۽ تجربو هوندو آهي، مون کي هيءَ حقيقت ياد ڪرڻ جي ضرورت ڪانه آهي ته جيڪڏهن ڪنهن مسئلي بابت اڳئي تجربو هوندو ته ان مسئلي کي حل ڪرڻ ۾ دير ڪانه لڳندي. پيش بيني ڪرڻ جو مطلب هوندو آهي رٿابندي ڪرڻ يا اڳتي نظر ڪرڻ. اهڙيءَ ريت ڪن

مسئلن کي حل ڪرڻ يا ڪنهن فيصلي ڪرڻ مهل اسان کي گهرجي ته نتيجن بابت سوچيون ويچاريون. نتيجن لاءِ سوچڻ، پيش بيني ڪرڻ Anticipating هوندي آهي.

هن اٿتر بحث ۾ پوڻ کان سواءِ ته ڇا هڪ مڪمل طور تي مطمئن ماڻهو واقعي خوش هوندو آهي يا نه؟ هن لاءِ مان اوهان جو هڪ نڪتي ڏانهن ڌيان ڇڪائيندس ته اسان ڪنهن ضرورت کي پوري ڪرڻ لاءِ سوچيندا ويچاريندا آهيون. جيڪو ماڻهو مڪمل طور تي مطمئن هوندو آهي. تنهن کي سوچڻ ويچارڻ جي ضرورت ڪانه هوندي آهي. تنهنڪري سوچيندو به ڪونه آهي. ڇاڪاڻ ته اسان مان هرهڪ ماڻهو وٽ خوش ٿيڻ جي مفهوم بابت الڳ الڳ وصف هوندي آهي، اهڙو بحث پاڻي ولوڙڻ کان سوا ٻيو ڪجهه به ڪونه آهي. منهنجو نقطئه نظر هي آهي ته نه سوچڻ وارو ماڻهو مطمئن ٿي ڪونه سگهندو ۽ خوش به ته ڪونه ٿو ٿي سگهي.

اي. بي. الڪاٽ A. B. Alcolt جو بيان آهي ته، "سوچڻ معنيٰ زندگي آهي ۽ جيڪي ماڻهو سوچيندا ويچاريندا نه آهن، ته اهي صحيح معنيٰ ۾ زنده ڪونه هوندا آهن. سوچڻ ويچارڻ انسان کي ماڻهو بڻائيندو آهي."

صاف ۽ مؤثر طريقي سان سوچڻ ويچارڻ انسان ذات جو هڪ عظيم ورثو آهي. اسان کي هيءَ حقيقت لڳاتار چتائي ويندي آهي ته ماڻهوءَ ۽ پسوءَ کي جنهن خاصيت الڳ ڪري بيهاريو آهي، سا سوچڻ جي اهليت آهي. جانورن جي گهٽائي مؤثر نموني سان پنهنجي سار سنڀال ڪري سگهندي آهي ۽ ڌرتي هوا ۽ پاڻيءَ ۾ نهايت تيز رفتاريءَ سان گهمي ڦري سگهندي آهي. ڪيترا جانور ماڻهن کان وڌيڪ سگهارا آهن. سوچڻ جي اهليت هڪ اهم شيءِ آهي. جنهن اسان کي، جانورن کان نڪيڙي بيهاريو آهي. ڪيترن ئي ماڻهن ۾ سوچڻ جي هيءَ خوبي ڪانه هوندي آهي. سندن خيال هوندو آهي ته سوچڻ ويچارڻ هڪ اتفاقي شيءِ آهي. تنهنڪري وٽن سوچڻ ويچارڻ لاءِ وقت ڪونه هوندو آهي. بدقسمتيءَ سان هي بيچڙاين جو هڪ دائرو Vicious circle آهي جنهن بابت اسان گهٽي وقت کان وٺي ٻڌندا پيا اچون. توهان کي اهو معلوم هئڻ کپي ته جيڪڏهن اوهان سوچڻ جي عمل کان لاپرواهه ٿي ويندا. جيڪڏهن اوهان واضح ۽ صحيح نموني سان نه سوچيندا ته اوهان ۾ سُرت ۽ سچيتائي پيدا ڪانه ٿي سگهندي. ڇاڪاڻ ته اوهان ان بابت ڪڏهن غور فڪر ڪيو ئي ڪونه آهي. جيڪڏهن اوهان حقيقتن بابت نه سوچيندو ويچاريندو يا اوهان مؤثر نموني نه ٿا سوچيو ويچاريو ته اوهان کي احساس

ٿي ڪونہ ٿيندو تہ ان مسئلي جي حل لاءِ ڇاڪرڻ گهرجي؟ اوهان چڱي ريت سمجهي چڪا هوندا تہ بڇڙائي جي دائري Vicious circle بابت منهنجو نقطہ نظر ڇا آهي؟

مؤثر سوچ جو فن.

مؤثر نمونـي سـان سـوچڻ ويچارڻ هڪ فن آهي، هن ڪلا کي هڪ لڳاتار عمل وسيلي ائين زندهہ رکڻ کپي جهڙيءَ ريت اسان مصوريءَ ۽ موسيقي جو رياض ڪري انهن کي زندهہ رکندا آهيون. جارج برنارڊ شا George Bernard Shaw هڪ ڀيري پنهنجي باري ۾ چيو هو تہ، ”ٿورا ماڻهو اهڙا آهن جيڪي سال ۾ هڪ يا ٻہ ڀيرا مس سوچيندا آهن. مان وري هفتي ۾ هڪ يا ٻہ ڀيرا مس سوچيندو آهيان ۽ هن معاملي ۾ ڄڻ تہ جڳ مشهور ٿي ويو آهيان.“ مان هن سان متفق ٿيڻ لاءِ ڄڻ مجبور ٿي پيو آهيان. هن ڳالهہ کري نہ تہ هو هفتي ۾ هڪ ٻہ ڀيرا سوچيندو آهي. مان ڪيس شخصي طور ڪونہ سڃاڻان تنهن ڪري مون کي سندس وڌيڪ خبر ڪانہ آهي. پر ماڻهوءَ کي هن حقيقت سان اتفاق ضرور ڪرڻ کپي تہ کي ماڻهو اڪثر ڪري مؤثر ۽ صحيح طريقي مطابق سوچيندا ويچاريندا رهندا آهن.

اسان جي سوچ گهڻو ڪري اڌ ڇتي ۽ غلط هوندي آهي. پر هيءَ حقيقت ياد رکڻ گهرجي تہ اڌ ڇتو ۽ غلط نموني سوچڻ نہ سوچڻ کان وڌيڪ بهتر آهي. پر ائين ڪرڻ سٺو ڪونہ هوندو آهي. غلط طريقي سان سوچڻ جا ڪارڻ، وسيلا ۽ سبب معلوم ڪرڻ ضروري هوندو آهي. انهيءَ لاءِ تہ جيئن اهڙن غلط وسيلن کان پاڻ بچائي سگهجي. اهڙن ٻن ٽن وسيلن بابت توهان کي ڄاڻ پئجي ويندي. ڪين ڄاڻڻ ضروري بہ آهي. جن جو ذڪر هن ۽ ايندڙ باب ۾ پڻ ڪيو ويو آهي.

هڪ ڪارڻ تہ هي گوڙ گهمسان وارو دور Hactic cra آهي. جنهن ۾ اسان مان ماڻهن جي گهڻائي هر ڏينهن جو ٽيون حصو اجائي ڀڄاڊ ۽ ٻئي قسم جو سخت پورهيو ڪندا رهندا آهن. هتي وٽ اجان سوچڻ جو تہ وقت ئي ڪونہ هوندو آهي ۽ سوچڻ جي ضرورت بہ ڪانہ هوندي آهي. اهي عام طور تي سوچيندا بہ ڪونہ آهن. سندن ٻيو باچتو وقت ٽيليويزن ڏسندي گذري ويندو آهي. هن موقعي تي بہ ڪين سوچڻ ويچارڻ جي ضرورت محسوس ڪانہ ٿيندي آهي. ڪي وري سينيما ڏسندا آهن ۽ خوفناڪ منظر ڏسي دل وندرائيندا آهن. ان کان پوءِ اخبارون يا ٻيو ڇپيل مواد پڙهيو ويندو آهي.

مرد راندين وارا صفحا ڏسندا آهن. جڏهن تہ عورتون وري مختلف فئشن وارا صفحا ڏسنديون آهن. پوءِ سمهڻ جي وقت تائين چرچا گهبا ڪري ڏينهن پورو ڪيو ويندو آهي.

پر انهيءَ لاءِ اسان ڪي ڇا ڪرڻ گهرجي؟ نہ، مان اهو فيصلو پڏائڻ ڪونہ ٿو چاهيان تہ ٽيليويزن ڏسڻ غير قانوني قرار ڏنو وڃي يا اخبارون پڙهڻ ۽ سئنيما ڏسڻ تي پابندي هنئي وڃي. هنن ڳالهين ڪانسواءِ تہ اسان جو جياپو چڻ تہ ڏچو بڻجي پوندو. مان هن ڳالهہ لاءِ زور پيري رهيو آهيان تہ سوچڻ ويچارڻ کي اهم ڪم سمجهيو وڃي، يعني منهنجو چوڻ آهي تہ ڪجهہ وقت غور فڪر ڪرڻ لاءِ بہ ڪڍيو وڃي. ڇا اوهان کي اها ڄاڻ ڪانہ آهي تہ مؤثر طريقي سان سوچڻ ويچارڻ، ڏهاڙي اخبارون پڙهڻ کان وڌيڪ اهم هوندو آهي.

مان هيءَ ڳالهہ خاص ڪري انهن ماڻهن لاءِ ڪري رهيو آهيان، جيڪي مٿي بيان ڪيل اخبارون پڙهندا آهن. اهو پڻ معلوم ٿيو آهي تہ يو. ايس U. S سيڪريٽ سروس Secret Service جي سئنٽ لوئس St. Louis وٽ قائم آفيس ۾ ماڻهن جا هي سوال پهچي رهيا آهن تہ ٻہ- ڊالر Tow Doller بل معمول کان وڌيڪ تہ نہ آهن. ڳالهيون اهي هلي رهيون آهن تہ ماڻهن کي 95 ڊالرن واسطي "پنجويهہ- ٻہ ڊالر بل Twenty five two dollar bills" جو پئڪيج ڏنو آهي ۽ جنهن (پئڪيج) جي بلن تي واڌو (Surplus) لکيل آهي، دلچسپي رکندڙ ماڻهن کي چيو ويو آهي تہ ضرب جي جدول Multiplication جو مطالعو ڪندا رهن.

هيءَ بہ ڳالهہ ياد رکڻ گهرجي تہ زندهہ رهڻ واسطي جيڪڏهن دماغ کي ڪتب آڻبو تہ اهو ڪاڄي ڪپي ڪونہ ويندو آهي. تنهن ڪري اوهان کي دماغ جي استعمال ڪرڻ کان ڊڄڻ نہ کپي. ڪنهن ڪيڏو نہ سچ چيو آهي تہ زندگي عقل جي جنگ هوندي آهي، ڇا اهڙي جنگ اسان کي هٿين خالي وڙهڻ گهرجي؟ توهان وٽ خيالن جي هڪ مشين يعني دماغ موجود آهي توهان ان کي استعمال ڪرڻ سگهو.

توهان جي دماغي لاعلميءَ کي ڪهڙي طريقي سان استعمال لائق بڻائي سگهجي ٿو؟

خدا تعاليٰ انسان کي هڪ قدرتي فڪري صلاحيت ڏني آهي. پر مؤثر طريقي سان سوچڻ لاءِ بہ ڳالهيون نهايت ضروري آهن، انهن مان هڪ ڄاڻ ۽

ہي تنظيم آهي. اسان انهيءَ ڪري واضح ۽ مؤثر سوچي ڪونہ سگهندا آهيون، جو اسان کي لاڳاپيل مسئلن بابت مناسب ڄاڻ يا تجربو ڪونہ هوندو آهي. جيڪڏهن اوهان کي مليل موضوع جي ڄاڻ نہ هوندي تہ توهان کي سوچڻ ويچارڻ جو ابتدائي بنيادي نڪتو معلوم ئي ڪونہ هوندو. تنهن ڪري توهان جي سوچ ڪنهن غلط جڳهہ وٽان شروع ٿي سگهي ٿي. جيڪا صحيح ڪانہ هوندي. ڇاڪاڻ تہ سوچ، سرگرمي جي مُنڍ واري جڳهہ هوندي آهي. جيڪڏهن منڍ واري جڳهہ غلط هوندي تہ توهان صحيح هلي ڪونہ سگهندئو ۽ غلط ڳالهيون ڪندا رهندئو.

ہي اهم ڳالهہ هيءَ آهي تہ اهڙي سوڌي ڄاڻ ڪهڙي طريقي سان حاصل ڪرڻ گهرجي. انهيءَ مقصد لاءِ توهان کي وقت ڪڍي ٻاهر وڃي ڪوجنا ڪرڻ گهرجي. جيڪڏهن ان جو تعلق ڪنهن مسئلي سان آهي تہ توهان کي اهو مسئلو حل ڪرڻ گهرجي. خاص قسم جي اهم مسئلن ڪان سواءِ گهربل مناسب معلومات عام طور تي سماج منجهان بہ ملي ويندي آهي. جيڪا ماڻهن وٽان ٻڌڻ ۽ ڇپيل مواد وسيلي حاصل ڪري سگهجي آهي.

هن وقت توهان کي سوچڻ نہ کپي، ڇاڪاڻ تہ توهان لڳاتار ماڻهن سان ملي ۽ ڪين ٻڌي رهيا آهيو. توهان پڙهي بہ ڪونہ سگهندئو ڇاڪاڻ تہ توهان معلومات حاصل ڪرڻ لاءِ ٻاهر نڪتا آهيو. هتي اسان هڪ اهم ڳالهہ يعني "دلچسپي" واري ڳالهہ کي وساري ڇڏيو آهي، هن ناتي توهان کي فطري قسم جي ۽ اصلي دلچسپي هئڻ کپي يعني ان مسئلي جي بنيادي معلومات حاصل ڪرڻ لاءِ توهان جي دل کي ڇڻ هورا کورا لڳل هجي ٻين جي ڀلائي ۾ دلچسپي وٺڻ جو صحيح رستو اهو آهي تہ پنهنجي ڀلائيءَ ۾ دلچسپي وٺڻ ڇڏي ڏجي، توهان پاڻ گهٽ ڳالهايو، پر ٻين کي وڌيڪ ٻڌو. اهڙي طريقي اختيار ڪرڻ سان توهان گهڻو سکي سگهندئو، ڄاڻ حاصل ڪرڻ جو ٻيو اهم طريقو اهو آهي تہ جيڪو ڪجهہ توهان پڙهڻ چاهيو ٿا سو اکين بدران دماغ سان پڙهڻ جي ڪوشش ڪريو.

سيلسمئن سامان بابت پڇيل سوالن جا نهہ پهہ جواب ان ڪري ڏئي سگهندو آهي جو ڪيس پنهنجي هر شيءَ جي اندرين ٻاهرين پوري ڄاڻ هوندي آهي. انهن بابت معلومات حاصل ڪرڻ سندس ڏنڌو هوندو آهي. جڏهن ذميوار عملدار Executive ڪنهن ڪانفرنس جي ميز پرسان وهندو آهي تہ هو پاڻ سان ڪيترا عملي خيال ڪٺي ايندو آهي، جيڪي ڄڻ هُو فضائن مان ڇڪي وٺندو آهي. پر اهي حقيقتن ڪان پري ڪونہ هوندا آهن. هو سدائين

اهڙن متوقع مسئلن تي سوچيندو ويچاريندو آهي. جيڪي ڪجهہ وقت ڪان پوءِ آڏو اچي ويندا آهن. هو پنهنجي آفيس مان نڪرڻ ڪان پوءِ سوچڻ ويچارڻ بند ڪري ڪونہ ڇڏيندو آهي. هو پنهنجي ڌنڌي بابت ڪوجنا ڪندو رهندو آهي ۽ ان ۾ هي بنيادي ۽ اصلي نموني واري دلچسپي وٺندو آهي.

ڪجهہ ڪم توهان جي ڀاڱي جو نہ هوندو آهي. جيڪڏهن توهان واضح ۽ مؤثر نموني سان سوچڻ جي ڄاڪوڙ ڪرڻ چاهيو ٿا تہ ان لاءِ توهان ڪان جيترو گهڻو ٿي سگهي، ايترو سکو.

ڪنهن موضوع تي گهربل مناسب ڄاڻ ڪان پوءِ بہ توهان کي سکڻ بند ڪري ڇڏڻ نہ کپي. ائين ڪرڻ سان پنهنجي خيالن کي منظم ڪرڻ ۾ سوڀارا ٿينداٿو. واضح نموني سوچڻ لاءِ خيالن جي تنظيم بہ ايتري ضروري آهي، جيتري ڪنهن بہ اهم ڪم لاءِ لازم هوندي آهي. فرض ڪريو تہ توهان کي توري گهٽي ڄاڻ آهي تہ ريڊيو جي ڪل پرزن کي کهڙي ريت پاڻ ۾ ملائجي ۽ مختلف ڪل پرزا کهڙي طريقي سان ڪم ڪندا آهن؟ هڪ ڏينهن اوچتو توهان کي پتو پوي ٿو تہ توهان جي ريڊئي ڪم ڪرڻ ڇڏي ڏنو آهي. حالتون اهڙيون ٿي ويون آهن جو توهان پنهنجو ريڊيو پاڻ صحيح ڪرڻ لاءِ مجبور ٿي پيا آهيو. جيڪڏهن توهان کي هن معاملي ۾ سٺو تجربو هوندو تہ توهان کي بہ پنهنجا خيال منظم ڪرڻ ۾ ڪا بہ ڳڻتي ڪرڻي ڪانہ پوندي. چاڪاڻ تہ توهان کي پنهنجي خيالن کي منظم ڪرڻ جو اڳيئي تجربو هوندو، پر فرض اهو ڪيو ويو آهي تہ توهان کي ريڊئي جو ڪل پرزن ۽ انهن جي ڪارڪردگي بابت توري گهٽي ڄاڻ آهي.

اهڙي ماڻهوءَ کي موجوده صورتحال ۾ ڇا ڪرڻ گهرجي؟ هي غير مؤثر سوچ فڪر جو اهم مثال آهي. اهڙا ڪچا ڦڪا ڪاريگر ماڻهو ريزسٽر Resistor کي ڇُهندا، ڪنڊينسر کي هيڏي هوڏي ڪندا، ٻن چئن تارن کي ڊِرو ڪندا ۽ ٽيوبن Tubes کي هيڏي هوڏي سرڪائيندا ڦرڪائيندا ۽ هن موضوع تي غير منظم معلومات ڪري هُو ڪجهہ بہ ڪري ڪونہ سگهندا. جيڪڏهن اهڙي ماڻهوءَ وٽ منظم قسم جي سوچ هوندي تہ هو پهريائين ان مسئلي جي پاڙ ڏي ڌيان ڏيندو تہ ريڊئي ۾ ڪانجاڻو کهڙو آهي؟ ۽ ان جا آهڃاڻ Symptous کهڙا آهن ۽ منهنجي توري گهٽي ڄاڻ مطابق اهڙن اسان جي پيدا ٿيڻ جو ڪارڻ ڇا آهي؟ سوچي سوچي سمجهي ويندو تہ اهو نقص ڪنڊينسر ڪري آهي، تنهن ڪري مان ان کي جاچڻ شروع ڪري ڏيان. پر اها جاچ پڙتال صحيح طريقي سان هڻڻ کپي، پوءِ اها پاڻ ڪجي يا ڪنهن

ٻئي ماڻهو کان ڪرائجي جيڪڏهن توهان کي ڪنڊينسر کي جاچڻ جو پتو ڪونہ آهي تہ پوءِ توهان کي ڪنهن وٽان سکڻ گهرجي تہ ڪنڊينسر کي ڪهڙي طريقي سان جاچبو پرکبو آهي، جيڪڏهن توهان اها ڳالهہ هڪ ڀيرو سکي ورتي تہ ايئن سمجهو تہ ڄڻ توهان جي معلومات ۾ هڪ وڏو اضافو ٿي ويو، يعني اوهان جي ڄاڻ ۾ ڪنهن شيءِ جو واڌارو ٿي ويو. اهڙيءَ ريت اوهان جي سوچ فڪر ۾ هڪ شيءِ جي واڌ ٿي وئي، ٻئي ڀيري جڏهن توهان جي ريڊئي ۾ ساڳيو ڏچو پيدا ٿيندو تہ توهان ڪنهن ٻئي ماڻهوءَ جا ڳيجهو ڪونہ ٿيندئو ۽ پاڻ ئي ان مسئلي کي منهن ڏئي سگهندؤ.

جيڪڏهن توهان کي پتو آهي تہ توهان کي ڪنهن شيءِ جي جوڙجڪ تي مهارت ڪانہ آهي تہ ان باري ۾ توهان کي ضرور سکڻ کپي.

چارلس ڪيٽرنگ Charles Kettering جو بيان هن ريت آهي تہ، "ماڻهوءَ لاءِ دماغي لاعلمي Inellegent ignorance بہ ضروري آهي. انهيءَ وسيلي هو ڪجهہ حاصل ڪري سگهندو". موجوده دور ۾ لاعلمي فقط بهانو ڪونہ آهي، پر اسان دماغي لاعلميءَ کان سواءِ ڪنهن شيءِ بابت سوچي ويچاري بہ ڪونہ سگهندا آهيون.

جيتري قدر تنظيم جو سوال آهي تہ ڪنهن خاص شيءِ جي معلومات تيستائين فائدي واري ڪانہ آهي، جيستائين اوهان ان بابت هڪ منظم طريقي سان سوچي ويچاري ڪونہ ٿا سگهو يا ان ڄاڻ کي اوهان صحيح نموني سان استعمال ڪري ڪونہ ٿا سگهو. فرض ڪريو تہ اوهان تارن جي هئنگر Hanger مان هڪ تار کي سڌ ڏئي ڇڪي ٻاهر ڪڍي ورتو آهي ۽ اوهان کي ڪا ڪاميابي ڪانہ ٿي آهي. منهنجو مطلب اوهان سمجهندا هوندا. توهان کي اها چڱيءَ ريت ڄاڻ آهي تہ هٿ سان هڪ ڏاتوءَ کي ٻئي ڏاتوءَ ۾ داخل ڪري ڪونہ سگهبو آهي، تہ پوءِ اوهان اها اجائي صورتحال آخر ڇو پيدا ڪئي. جيڪڏهن اوهان پنهنجن خيالن کي منظم ڪريو ها تہ تارن جي هئنگر مان هڪ تار کي نهايت سولائي سان ڪسڪائي ڪڍي وٺو ها.

هيءَ ڳالهہ تہ سمجهي بہ ڪانہ ٿي سگهجي تہ توهان جي دماغ ۾ ڪي خيال ڪونہ هوندا ۽ اهو بہ چئو ٿا تہ توهان سدائين سوچيندا رهندا آهيو. اهو بلڪل سچ ٿا چئو تہ اسان واقعي اٿيهئي سوچيندا رهندا آهيون، پر اهڙا خيال منظم ڪونہ هوندا آهن، ڇاڪاڻ تہ اسان ڪنهن خاص مقصد کي ماڻڻ واسطي ڪونہ سوچيندا آهيون. اوهان ڪڏهن بہ اجاين پورن پچائڻ کي سوچڻ ويچارڻ نہ سمجهو ڇو تہ ائين ڪرڻ وڏي غلطي آهي.

جيڪڏهن اوهان ٻوڙهي نموني سوچڻ ويچارڻ ۾ گهڻو وقت صرف نہ ڪيو آهي تہ توهان سولائي سان اجاين پورن پچائڻ واري اوجهڙ ۾ وڃي پوندؤ. هن حقيقت کي سمجهڻ ڏاڍو سولو آهي، ڇاڪاڻ تہ ٻوڙهي سوچڻ ويچارڻ سان اسان پنهنجي مقصد واري ماڳ ڏانهن سڌو سفر ڪرڻ شروع ڪري ڏينداسون. هر خيال جو رخ ڪنهن نہ ڪنهن سرگرميءَ ڏانهن هوندو آهي، پر اجايا پور پچائڻ خيالي پلائن کان وڌيڪ ڪونہ هوندا آهن.

توهان کي پنهنجي سپنن کي ساڀيا جو روپ ڏيڻ لاءِ گهڻو وقت ٻوڙهو سوچڻ جي مشق ڪرڻي ڪانہ پوندي. انهيءَ ڳالهہ کي منهن ڏيڻ لاءِ بہ رستو موجود آهي، اهو هي آهي تہ جنهن وقت اوهان سوچيندا هجو تہ اوهان وٽ قلم ڪاغذ موجود هجي ۽ پنهنجي سوچ جو هر نڪتو لکندا رهو. هي اوهان کي هڪ سادو سودو خيال لڳندو پر اوهان هن کي سولي ڳالهہ سمجهي اجلي نہ ڇڏجو. جڏهن ٻئي ڀيري اوهان ڪنهن حل تائين پهچڻ جي ڪوشش ڪندا ۽ جڏهن اوهان کي ذهن ۾ ڪو صحيح خيال اچي وڃي ٿو، يا توهان ڪا نئين شيءِ تخليق ڪريو ٿا يا ايجاد ڪريو ٿا يا سوچ فڪر ۾ گهڻو اڳتي وڌي ڪونہ ٿا سگهو تہ انهن حالتن ۾ اوهان پنهنجا خيال قلمبند ڪندا رهو.

جيڪڏهن اوهان سرگرمي، هڪ ڀيرو شروع ڪئي تہ اوهان پوءِ لکڻ ڪونہ ڇڏيندا. ائين ڪرڻ سان اوهان ڏينهون ڏينهن وڌندا رهندا ڇاڪاڻ تہ جڏهن اوهان کي هڪ خيال ايندو تہ ٻئي خيال لاءِ وري سوچڻ شروع ڪندا ۽ هوريان هوريان هلي هلي نيٺ وڃي پنهنجي مقصد جي ماڳ تي پهچندا. جيڪڏهن سوچ ويچار هڪ نڪتي تي مرڪوز نہ هوندو يا اوهان ان کي لکندا نہ، تہ اهڙو سوچ ويچار ٿورو دقيق ۽ منجهيل هوندو، تنهن ڪري توهان جي لاءِ لاڀائتو ثابت ڪونہ ٿيندو. ان لاءِ، جي. ڊي براڊمين G. D Broadman جي هڪ چواڻي آهي تہ، "سرگرمي جي سٺي فصل لاءِ خيالن کي پوکيو." هن جو مطلب آهي تہ جيڪڏهن اوهان پنهنجي سرگرمين جا بهترين نتيجا ڏسڻ ٿا چاهيو تہ منظم نموني سان سوچيو ويچاريو."

اڳواٽ سوچڻ تہ اها ڳالهہ صحيح آهي جنهن کي فقط اسان صحيح سمجهون ٿا.

هيءَ ڳالهہ سمجهڻ نهايت ضروري آهي تہ ماڻهو سوچڻ ويچارڻ کان گهڻو اڳ پنهنجي آدمن جو ڪيجهو رهيو آهي. اهڙن ادمن جهڙوڪ ڪاوڙ،

مايوسي، خوشي ۽ ڏڀ کي مڪمل طور تي دل مان ٻاهر ڪڍي ڇڏڻ ڪو سولو ڪونہ آهي. ڇاڪاڻ تہ اهي دل ۾ گهر ڪري ويندا آهن. پر توهان کي جذبن يا اڌمن بدران دماغ سان سوچڻ کپي. جذبا ايڏا سگهارا هوندا آهن جو اسان کي ڪجهہ ڪرڻ لاءِ قائل ڪري وجهندا آهن. اهي اسان کي ساڙ، ڪيني ۽ هير جو قيدي ڪري ڇڏيندا آهن. اسان گهڻن نمونن جو تعصب (ساڙ ۽ ڪينو) ڪندا آهيون. تعصب اسان جي سوچ ويچار کي هر حالت ۾ بگاڙي گندو ڪري ڇڏيندو آهي.

"تعصب"جي معنيٰ آهي ڪنهن ماڻهو يا ڪنهن شيءِ لاءِ اڳواٽ ئي ناپسند جو فيصلو ڪري ڇڏڻ. موجوده دور ۾ هن لفظ کي "نہ سهپ" جي مفهوم ۾ ڪم آندو ويندو آهي. جڏهن تہ "نہ سهپ" Intolerance کي "ساڙ ۽ ڪٽرپڻو" Bigot جي معنيٰ ۾ استعمال ڪيو وڃي ٿو. جيڪو مذهبي ڪٽرپڻي ڏانهن اشارو ڪندو آهي. خير هن لفظ کي ڪهڙي بہ معنيٰ ۽ مفهوم ۾ ڪم آندو وڃي پر جيڪو بہ ماڻهو انهيءَ طريقي مطابق سوچيندو ڪجهہ بہ حاصل ڪري ڪونہ سگهندو.

البت هتي مان تعصب Prejudice کي سندس لغوي معنيٰ ۾ ڪتب آندو آهي. جيڪڏهن اوهان منظم سوچ فڪر ڏانهن وڌي رهيا آهيو تہ اوهان ڪنهن لاءِ بہ اڳواٽ فيصلو ڪري نہ ڇڏيو.

مان اوهان کي اهو مشورو ڪونہ ٿو ڏيان تہ اوهان پنهنجن جذبن کان مڪمل طور تي جان آجي ڪري ڇڏيو. اها ڳالهہ نہ رڳو ناممڪن آهي پر خراب بہ آهي. جيڪڏهن اسان ۾ ڪي، جذبا موجود نہ هوندا تہ پوءِ اسان جو ڪردار بہ اهڙو ئي پوندو، جهڙو اسان سائنس ۽ افسانوي ادب جي ڪردارن ۾ ڏسندا آهيون. جيڪي فقط خيالن جي هڪ مشين جيان ڪم ڪندا آهن.

نہ، اسان پنهنجي جذبن کان جند ڇڏائي بہ ڪونہ سگهنداسون. پر اسان کي سکڻ کپي تہ انهن تي ضابطو ڪهڙيءَ ريت ڪري سگهجي ٿو. ڪڏهن بہ جذباتي ٿي سوچڻ نہ گهرجي. جڏهن اوهان جذبات جي انتها ۾ هجو تہ سوچڻ ويچارڻ ڇڏي ڏيو. جيڪڏهن توهان هڪ موڳي عورت سان ملو ۽ سوچڻ شروع ڪريو تہ دنيا ۾ ڪهڙيون نہ بيوقوف عورتون پيون آهن، تہ اها توهان جي انتها پسند سوچ آهي. جڏهن پنهنجي سڃاڻو لاءِ چئو تہ هي دنيا اندر تاس جو خراب ترين رانديگر آهي تہ اها بہ پنهنجي انتها پسند سوچ چئبي. جيڪڏهن توهان پهرينءَ ڪوشش ۾ ناڪام ٿي چئو تہ

مان هن ۾ ڪڏهن به ڪامياب ٿي ڪونه سگهندس ته هي نه رڳو ناڪاري سوچ آهي، پر ان سان گڏ انتها پسند به آهي. تنهنڪري چئي سگهجي ٿو ته انتها پسند سوچ هميشه جذباتي هوندي آهي ۽ اها اڳواٽ سوچ آهي.

سوچ ويچار ۾ جذبن ۽ اڳواٽ تاثر جي موجودگيءَ جي موضوع تي اسان استدلالي سوچ ويچار Rationalization جي ذڪر ڪان رهي ڪونه سگهنداسون. اسان جيڪڏهن استدلالي سوچ فڪر کي منطقي طور قابل يقين سمجهون ۽ سمجهون ته ائين ڪري رهيا آهيون ته اسان پنهنجي جذبات کي گهٽائي به سگهون ٿا.

توهان اڪثر ماڻهن جي واتان اهو ٻڌو هوندو ته گولف راند به ڪا راند آهي. صفا بيڪار عمر ۾ هٿيل ماڻهو هڪ اڇي رنگ جي ننڍ سمان ڪينهون ۽ کي ڪٽيندا رهندا آهن. پڪ سمجهه ته اهو ماڻهو گولف جو سٺو رانديگر نه آهي. جيڪڏهن هو همراهه گنجو ۽ تيسيارو هوندو ته چوندو ته جنهن ماڻهوءَ جي پيشاني ڪليل هوندي آهي، سو ڏاڍو عقلمند هوندو آهي. اهو به چوندو ته گهٽي سوچڻ واري جا مٿي جا وار ڇٽي ڇڻ ٿي ويندا آهن. پر البرٽ اينسٽائين Albert Einstein کي مرڻ گهڙي تائين مٿي تي وار هئا ۽ اهو ماڻهو ٻيون به ته ڪيتريون جڙتو ڳالهيون ٻڌائي ڇڏيندو. توهان کي اهو پڻ معلوم هئڻ گهرجي ته مان پاڻ به گهڻو سوچيندو ويچاريندو آهيان ۽ منهنجي مٿي تي به سڀ وار بيٺا آهن.

جيڪڏهن ڪا عورت چوي ته گنجا ماڻهو وفادار، عاشق، رحمدل ۽ هڏڏوکي ٿيندا آهن. پاڻ توهان پلي ڪنهن سان شرط رکو ۽ پڪ سمجهو ته توهان جيتي ويندئو ته اها عورت هڪ گنجي ماڻهوءَ سان پرڻيل آهي ۽ چاهي ٿي ته سندس مٿي تي باقي بچيل چار وار به ڇٽي اچي هيٺ پون.

اسان مان ڪيترا ماڻهو پنهنجي مائٽن ۽ ويجهن دوستن تي تنقيد سهي ڪونه سگهندا آهن. سندن اوٽين پوٽين ڳالهين لاءِ هنن جي وڪالت ڪندا آهيون ۽ ڊڪڻ تي ڪين ڊڪڻ جا جتن ڪندا آهيون. مان انهيءَ لاءِ ائين ڪونه چوندس ته اهڙيون ڳالهيون غلط آهن. اهڙي قسم جو غور فڪر سچ سمجهڻ ۽ يقين جي نقطئہ نگاهه کان حتمي ڪونه هوندو آهي.

اسان اهڙين ڳالهين کي پنهنجي ذاتي تجربي جي پيٽ ۾ جلديءَ ۾ انهي ڪري تسليم ڪندا آهيون، جو ٻيا ماڻهو سندن سرگرمين ڏانهن بدنيتي منسوب ڪندا آهن. استدلالي طريقي سان سوچڻ ويچارڻ ۾ هڪ قسم جي انا Ego به شامل هوندي آهي. پر توري گهٽي انا مان ڪو ڇيهو ناهي رسندو.

اهو احساس تہ اسان تہ ڪنهن شيءِ بابت اڳواٽ سوچڻ ۽ ڪنهن صلاح مشوري ڪي مجڻ لائق آهيون. ان جي معنيٰ اها ٿيندي تہ اسان استدلالي طريقي سان سوچي ويچاري رهيا آهيون ۽ اهو رستو اسان کي صاف شفاف ۽ مؤثر سوچ ويچار ڏانهن وٺي ويندو. هڪ شيءِ ٻيءَ ڏانهن رهنمائي ڪندي آهي. توهان جي هيءَ ساري جاکوڙ صاف ۽ شفاف سوچ ويچار لاءِ آهي. جيڪا اڳواٽ اندازي ڪرڻ کان بچڻ لاءِ توهان جي وڏي واهر ڪري سگهي ٿي، ان سان گڏ اهو احساس بہ ڏياريندي تہ توهان جي اها اڳواٽ سوچ، صاف ۽ شفاف غور فڪر ڏانهن وٺي ويندي.

هيءَ بہ هڪ ناگزير حقيقت آهي تہ اسان مان گهڻا هن خيال جا آهن. تہ صحيح ڳالهہ اها هوندي آهي، جنهن کي فقط هو صحيح سمجهندا آهن جيڪڏهن توهان هن سمجهڻ جي لائق آهيو تہ هيءَ ڳالهہ هميشہ لاءِ توهان جي ڌيان ۾ ويهي وٺي آهي تہ اڳواٽ واري سوچ ۾ ڪي اوٽايون آهن. پوءِ اهي هجن يا نہ هجن، تہ توهان کي سمجهڻ کپي تہ اڳواٽ سمجهڻ واري غلط اصول کي توهان ڇڏي ڏنو آهي.

غلط سوچ واريءَ ڪنيءَ هير کي ڇڏي ڏيڻ

اوهان کي هڪ ٻي ڳالهہ بابت پڻ ضرور سوچڻ ويچارڻ گهرجي، سا اها آهي تہ اوهان کي غلط سوچڻ جي تمام پراڻي هير آهي. تنهن مان جند ڇڏائڻ گهرجي. توهان گهڻن قسمن جي خيالن کي انهيءَ ڪري ذهن ۾ رکيو آهي، جو توهان جي زندگيءَ جو وڏو حصو انهي قسم جي خيالن ۾ گذري ويو آهي. ڇاڪاڻ تہ ساري زندگي توهان انهن ساڳين خيالن کي ورجائيندا رهيا آهيو ۽ کين حقيقي تصور ڪري رهيا آهيو. اهو ضروري ڪونہ آهي تہ اهي صحيح خيال هجن. توهان هڪ مست قسم جا ماڻهو آهيو ۽ پنهنجي مقصد کي سولائي سان ماڻڻ واسطي پور پچائيندا رهيا آهيو. اسان مان ڪي ماڻهو بنا سوچڻ ويچارڻ ۽ جاچڻ پرکڻ جي ڪن ڳالهين کي صحيح سمجهندا آهن. هن باري ۾ رابرٽ ليوٽ Robert Leavitt جو بيان آهي تہ، "ماڻهو پڪي پهہ ڪرڻ کان اڳ حقيقتن بابت سوچيندا ويچاريندا ڪونہ آهن. اهي ذهن ڪرين حقيقتن جي پيٽ ۾ روح کي ريجهائيندي، فقط هڪ امنگ کي وڏيڪ پسند ڪندا آهن.

ڪاڏ خوراڪ مهيا ڪندڙ ڊر اشتهار ڏيندي آهي تہ "گهر جهڙو کاڌو". هي هڪ عام قسم جو فقرو آهي ۽ جتي ڪٿي استعمال ٿيندو آهي، جنهن مان

سمجهڻ ڪپي ته اها ڏر سٺي کاڌ خوراڪ مهيا ڪندي آهي. هن مان هرگز اهو سمجهڻ نه ڪپي ته پيون ڏريون سٺو کاڌو مهيا ڪونه ڪنديون آهن. پر هن مان اهو مفهوم نڪرندو آهي ته اعليٰ معيار جي ريسٽورنٽ جو بورچي گهڻين عورتن کان وڌيڪ سوادي کاڌو تيار ڪري سگهندو آهي ۽ اهڙو کاڌو گهر ۾ به تيار ڪونه ٿيندو آهي (پر منهنجي گهر واري سگهڙ آهي ۽ تمام سٺو رڌيندي پچائيندي آهي.)

مون گهر جي تيار ٿيل کاڌي کائڻ پوءِ ڪيترن ئي ريسٽورنٽ جو تيار کاڌو پڻ کاڌو آهي. تنهن ڪري اهڙو لڪيل سائين بورڊ مون کي موهي ڪونه سگهندو آهي. مان اتي وڃي کائي ڏسندو آهيان ۽ جيڪڏهن ڏٺم ته اهو کاڌو واقعي ساءُ ۽ سواد وارو آهي ته مان ان ريسٽورنٽ جو گراهڪ بڻجي ويندو آهيان. پر جيڪڏهن اتان جو کاڌو جڏو سڏو هوندو آهي ته سمجهندو آهيان ته ”گهر جي کاڌي جهڙو“ لڪيل سائين بورڊ هروڀرو سٺي ۽ معياري کاڌي جي علامت ڪونه هوندو آهي.

مان هن وقت کاڌي جي موضوع تي ڳالهائي رهيو آهيان. اوهان دوستن مان ڪير ٻڌائي سگهندو ته گهڻو ڪري سڀ ماڻهو ٽرڪ ڊرائيورن کي سٺي کاڌي جو بهترين پارکو ڇو سمجهندا آهن؟ توهان پاڻ به ڪيترا ڀيرا ماڻهن کي چوندي ٻڌو هوندو ته اتان جو کاڌو ته بلڪل سٺو هوندو، ڇاڪاڻ ته سڀ ٽرڪ ڊرائيور اچي هتي ويهندا آهن.

توهان جي اها هڪ ابتي ڳالهه هوندي جو مان ته ڪنهن کي ائين چوندي ڪونه ٻڌو آهي. مان ننڍڙو ماڻهو آهيان ۽ مان ٽرڪ ڊرائيور کي ڪاوڙائڻ به ڪونه ٿو گهران. پر مان سمجهان ٿو ته هنن مان ڪي ڊرائيور مون سان هن ڳالهه ۾ ضرور اتفاق ڪندا ته ڪي ڊرائيور اهڙين جڳهن تي به ويهندا آهن، جتان جي مانيءَ تي جُون پيون چُرڪنديون آهن، اهي ڊرائيور مذڪوره جڳهن تي مانيءَ لاءِ انهي ڪري ويهندا آهن جو ان وقت سندن سفر واري رستي سان ماني کائڻ جي ڪا ٻي بهتر جڳهه ڪانه هوندي آهي. اها جڳهه انهيءَ جوءِ ۾ اڪيلي هوندي آهي يا ان جڳهه تي دنيا جون سڀ ٻجڙايون ٿينديون آهن.

مان هتي جنهن نڪتي تي زور ڏيئي رهيو آهيان، سو اهو آهي ته اهڙين شين بابت مسلسل طريقي سان سوال پڇيا وڃن ته جيئن مؤثر طريقي سان سوچي ويچاري سگهجي. اهڙي ماڻهوءَ ٿيڻ جي به ضرورت ڪانه آهي جيڪو هر شيءِ کان انڪار ڪري ڇڏي. پر ماڻهن جي هجوم سان گڏجي ڪڏهن

هلڻ نہ کپي. وقت ڪڏي سوچڻ ويچارڻ جهڙن عام مقبول فرسوده فقرن کي
پڻ چڱيءَ ريت جاچي پرکي ڏسجي تہ انهن ۾ ڪيتري سچائي آهي. اهڙا فقرا
اوهان کي هر جڳهہ تي ملي ويندا آهن. هن قسم جي اصول جي پيروي ڪرڻ
سان اجاين پورن پچائڻ جي هير کان ڇٽي پوندا.

اسان ۾ ٻئي قسم جي هير جيان اجائي خيالن جي لونجهہ بہ پئجي
ويندي آهي. اهڙي عادت ڪا سني ڪانہ هوندي. پنهنجي هٿيارن سان چنبڙي
پوڻ ۽ توهان جي سوچ فڪر جي سگهہ يا يقين ڪامل Conviction پنهنجي
پنهنجي وقت مطابق سني لڳندي آهي. هيءَ ڳالهہ بہ ڌيان ۾ رکڻ گهرجي تہ
ائڊولف هٽلر کي بہ پنهنجي سوچ فڪر ۾ گهڻي سگهہ يا يقين ڪامل هو.
اسان وٽ سندس هڪ مثال موجود آهي جنهن مان لڳي ٿو تہ هُو صحيح
ڪونہ هو.

پر ائين نہ بہ هوندو آهي. مون کي معلوم ٿئي ٿو جيڪڏهن يقين ڪامل
واري احساس تي چڱيءَ ريت ضابطو رکيو ويو تہ اهو اهم ۽ ساراهہ جوڳو
ڪم هوندو. جتي ۽ جنهن وقت اوهان کي احساس ٿيو تہ اهو غلط آهي تہ
توهان ۾ ايتري همت هوندي جو ڇئي سگهو ٿا تہ اهو بلڪل غلط آهي.
جنهن شيءَ کي اوهان سدائين صحيح سمجهندا هوندا. پر جيڪڏهن اوهان
کي پتو پئجي ويو تہ اهو غلط آهي تہ ڳالهہ کي ظاهر ڪرڻ سان اوهان لڄي ۽
ڦِڪا ڪونہ ٿيندا. ٻي وري هيءَ ڳالهہ بہ آهي تہ هي پهريون نُڪتو آهي، جتان
توهان صاف ۽ شفاف طريقي سان سوچڻ ويچارڻ جي شروعات ڪري ٿا.
اوهان جو اهو قدم ايڏو تہ ڀلو آهي جو ماڻهوءَ جو فخر ڪان ڳاٽ اوچو ٿي
وڃي ٿو.

باب پنجون

منطقي طور سوچيندؤ تہ اوهان لاءِ ڪوبہ ڏچو پيدا ڪونہ ٿيندو

”مون کي ڪابہ خبر ڪانہ آهي تہ هن دنيا ۾ ڪيئن گهمان گهتان؟“
”توهان اوپرين شين جي ڪابہ ڳڻتي نہ ڪريو، پر توهان جي لاءِ مونجهارو اهي شيون پيدا ڪنديون، جيڪي توهان جون ڏنل وائنل آهن. ڇاڪاڻ تہ اهي ائين ڪونہ آهن. جيئن توهان ڪين اڳي سمجهيو هو“.

هن ڪتاب ۾ تفصيل سان منطق تي بحث ڪرڻ جو منهنجو ڪوبہ ارادو ڪونہ آهي. مان اهو بہ ڪونہ ٿو چاهيان تہ هن موضوع سان متعلق ڪن اصولن تي بحث ڇيڙي ويهي رهان. جنهن ۾ لفظن ۽ فقرن ڪي سمجهائڻ جي ضرورت محسوس ٿئي. جن جي شڪل صورت، پيچيده، منجهيل، اڻ سڌي ترتيب، ماتحت بيان، حصو ۽ وصف وغيره جيان هجي.

ان هوندي بہ مان هن موضوع جي هڪ پهلوءَ تي ٿورو گهڻو بحث ڪرڻ گهران ٿو. عملي فلسفي جون بہ چاڙهون Branches آهن جن مان هڪ آهي اخلاقيات Ethics ۽ ٻي آهي منطق Logic. هنن مان هرهڪ ڪاليج جي ڪورس جيتري ڊگهي آهي، اهو ئي ڪارڻ آهي جو فلسفي جي هنن شاخن کي تفصيل سان بيان ڪرڻ منهنجي لاءِ ممڪن ڪونہ آهي.

منطق جون بہ چاڙهون يا شاخون آهن، جن مان هڪ کي علميات Epistemology سڏيو ويندو آهي. علم جي هيءَ چاڙهہ سچ جي سياءِ Nature، بابت ڪجهہ چاڻ ۽ طرز- بيان تي بحث ڪندي آهي. تيڪا ٽيٽيءَ لاءِ منهنجي آڏو بہ علميات جي هيءَ چاڙهہ آهي، ڇاڪاڻ تہ اها سچ تائين پهچڻ واسطي سوچڻ جي صحيح طريقي جو ڏس پتو ڏيندي.

طرز- بيان ۾ مکيہ ڳالهيون ٽي هونديون آهن، جن جو واسطو عقل ۽ دماغي طاقت سان آهي. (1) سادي قسم جو ادراڪ Simple appere Hesion

(2) قوت فيصلہ Judgement (3) استدلال Apprehension.

سادي قسم جي ادراڪ جي معنيٰ آهي سمجهڻ يا ڪنهن شيءَ کي دماغ ۾ وهارڻ. يعني ان شيءَ جي فقط چاڻ رکڻ ان کان وڌيڪ نہ. پر جيڪڏهن سوچيندؤ تہ هي گول قسم جو ميوو آهي تہ ان جو لاڳاپو قوت فيصلہ سان آهي. ليڪن "هي ميوو آهي" سادي قسم جو ادراڪ آهي. جيڪڏهن ڪا چوڪري اوهان ڏانهن اچي رهي آهي ۽ اوهان سوچيو ٿا تہ، "اها چوڪري آهي" تہ اهڙي سوچ سادو ادراڪ آهي. جيڪڏهن اوهان سوچو ٿا تہ، "هيءَ چوڪري وڏي مان مرتبي واري آهي" تہ اهو اوهان فيصلو ڪري ورتو.

ٻيا مثال هي آهن، "هي گاهہ آهي". سادو ادراڪ آهي. "هي گاهہ سائو آهي" فيصلو آهي.

"هي ڪتاب آهي" سادو ادراڪ آهي. "هي سٺو ڪتاب آهي" فيصلو آهي.

"هتي هڪ ماڻهو موجود آهي" اهڙي سوچ فيصلو آهي. جهڙيءَ ريت اسان کي فيصلي واسطي ٻن سادن ادراڪن جي ضرورت پوندي آهي، تہ استدلال Reasoning لاءِ ٻن فيصلن جي لوڙ پوندي آهي. يا ٻن فيصلن سان ٽيون فيصلو يا نتيجو Conclusion ملندو آهي تہ ان کي استدلال سڏيو ويندو آهي.

ان لاءِ سادو مثال هي آهي.

هي سٺو ڪتاب آهي. (پهريون فيصلو)

مان هن ڪتاب کي پڙهڻ چاهيو (ٻيو فيصلو)

تنهنڪري مان سٺا ڪتاب پڙهڻ پسند ڪندو آهيان (نتيجو).

جيڪڏهن توهان سوچڻ ويچارڻ جي اصلاح ڪندئو تہ ڪڏهن بہ ناڪام ڪونہ ٿيندئو.

استدلال Reasoning جا ٻہ قسم آهن. جن مان هڪ آهي، خاص حقيقتن مان استخراج وسيلي نتيجو ڪڍڻ Induction ۽ ٻيو آهي استخراج يا نتيجو Deduction، پر هتي مان استخراج يا نتيجي تي بحث ڪرڻ چاهيان ٿو. هتي اسان استخراج يا نتيجي جي ٿوري حصي تي بحث ڪنداسون. منطق فن بہ آهي تہ سائنس بہ آهي. جيڪڏهن اوهان هن ۾ اجان بہ وڌيڪ گهرا ويندا تہ هن موضوع تي اوهان کي تمام گهڻا ۽ بهتر ڪتاب ملي ويندا. مون کي پڪ آهي تہ اوهان کي اها ساري خبر هوندي.

مان هتي قياس Syllogism تي بحث ڪري رهيو آهيان، جيڪو استخراج وسيلي نتيجن ڪڍڻ جي علم Deduction جو حصو آهي. قياس استخراجي

استدلال Deductive reasoning جو اظهار آهي. اهو هڪ اندازو آهي، جنهن وسيلي ڀن فيصلن مان نئون فيصلو يا نتيجو معلوم ڪيو ويندو آهي. جنهن جو مثال مٿي بيان ڪيو ويو آهي.

اهو ڀڻ سوچ ويچارڻ ۾ استدلال جو هڪ طريقو آهي جنهن کي اسان ڏهاڙي لڳاتار استعمال ڪندا رهندا آهيون ۽ اسان مان ڪيترن ئي ماڻهن کي اها خبر به ڪانهي آهي ته اسان ائين ڪري رهيا آهيون. اهو سوچڻ ويچارڻ جو هڪ اهڙو طريقو آهي، جنهن وسيلي اسان گمراهه ٿي اوجهڙ ۾ وجي ڪرندا آهيون.

مان اوهان کي پهريائين قياس جو هڪ مثال ڏئي رهيو آهيان.

(1) سڀ ماڻهو فاني آهين.

(2) سقراط به ماڻهو آهي.

(3) تنهن ڪري سقراط به فاني آهي.

هي هڪ معياري مثال آهي ۽ منطق جي هر ڪتاب ۾ ڪتب آندو ويندو آهي. بنيادي طور تي اهو سوچڻ جو هڪ طريقو آهي ته جيڪڏهن هي ۽ هي سچ ٿي سگهي ٿو. (يعني به فيصلا نتيجو پيدا ڪندا آهن). اهي مختلف ٽن مرحلن وسيلي جڙي پوندا آهن. توڙي جو اسان پهرين ڀن مرحلن کي هڪ ڪري سمجهندا آهيون، ڪڏهن هنن ٽنهي مرحلن کي هڪ ڪري ڀڻ سمجهيو ويندو آهي.

ان هوندي به اسان کي ڪا لکا ئي ڪانه پوندي آهي ته اسان ائين ڪري رهيا آهيون ۽ لڳاتار ڪندا آهيون. انهن کي عملي طور به ڪم آڻيندا آهيون. ائين ڪرڻ سان ڪڏهن غلط سوچي يا غلط استدلال به ڏئي سگهجي ٿو.

اهي واقعي مان غلط نتيجن ڪڍڻ جا ڀڻ نقيب هوندا آهن ۽ عام واقعن لاءِ هڪ واقعي جو مثال ڏئي غلطيءَ جو ڪارڻ بڻبا آهن. ان سان گڏ هيءَ به عام قسم جي غلطي به ڪئي ويندي آهي جو ٿورن کي سڀني بدران ڪم آندو ويندو آهي. ٿوري خيال ڪرڻ سان توهان کي هرهڪ جو مثال ملي ويندو. توهان جو سوچڻ ويچارڻ ۽ سوچڻ ويچارڻ جي اهليت ڀلي صحيح نه هجي، پر اڳتي هلي غلط نتيجن ڪڍڻ جو امڪان وڌي ويندو آهي.

اهڙو مثال هيٺ ڏجي ٿو.

(1) سوپ Soups هميشه گرم پيتا ويندا آهن.

(2) بصرن ۽ پٽالن جو Vichyssoise به هڪ سوپ آهي.

(3) تنهن ڪري اهو به گرم پيتو ويندو آهي.

استدال جو هي طريقو نهايت بهترين آهي، پر ڪڏيل نتيجو غلط آهي. ان ڪري جو اصلي يا نقيبي حيثيت وارو جملو يا پهرين نُڪتو غلط آهي، ڇاڪاڻ تہ سڀ سوپ گرم پيتا ڪونہ ويندا آهن. ان ڪان سواءِ هيءَ بہ حقيقت آهي تہ بصرن ۽ پٽالن جو سوپ Vichyssois ملائيءَ سان گڏجي پيش ڪيو ويندو آهي، جيڪو ٿڌو هوندو آهي. هن قسم جو قياس اڳواٽ ڪنهن اندازي ڪرڻ جو هڪ مثال آهي. يعني هڪ مثال مان اسان ڪن شين جي مجموعي لاءِ پڪو يقين ڪري وهندا آهيون. جيڪڏهن اوهان جو ڪم آندل نقيبي يا پهريون جملو صحيح بہ هوندو آهي تہ بہ ڪڍيل نتيجو غلط ٿي سگهندو آهي. هن مثال ۾ ڇا ٿيندو آهي تہ اسان سيني جي جاءِ "ڪجهہ" يا هڪ شيءِ جو ذڪر ڪندا آهيون.

(1) سڀ عورتون سٺيون ڊرائيور ڪونہ ٿينديون.

(2) جئن جونس Jane Jones بہ هڪ عورت آهي.

(3) تنهڪري جئن جونس بہ سٺي ڊرائيور ڪانہ آهي. ٿي سگهي ٿو تہ اها جڏي ڊرائيور هجي، اهو بہ ٿي سگهي ٿو تہ سٺي ڊرائيور هجي.

توهان جو سوچ ويچار ڪيترو صحيح آهي؟

توهان ائين نہ سوچيو تہ توهان جو غور فڪر ڪڏهن بہ غلط ڪونہ هوندو آهي، جنهن جو مثال "گهر جهڙو ڪاڏو" يا "ترڪ ڊرائيورن جي بيهڻ" واري ڳالهہ آهي. جنهن جو اڳئين باب ۾ ذڪر ٿي چڪو آهي، توهان ڪيترا ڀيرا جهونجهڪڙي ويل آپ ۾ ڳاڙهاڻ ڏٺي هوندي ۽ رڙ ڪري چيو هوندو، "اُپ ڏانهن تہ ڏسو، سياڻي ضرور سٺو ڏينهن ٿيندو؟ توهان سمجهيو تہ مون ڇا چيو؟ هتي نقيبي جملي ۾ غلطي هيءَ آهي تہ سج لهڻ ڪان پوءِ آپ ۾ ڳاڙهاڻ تہ ڏهاڙي ٿيندي آهي ۽ ان ڪان پوءِ ايندڙ ڏينهن هرويرو سٺو ڪونہ هوندو آهي. جهڙالي آپ لاءِ بہ ساڳي ڳالهہ چئي ويندي آهي. پر مينهن جو پوڻ ضروري ڪونہ هوندو آهي.

اهو بہ ٿي سگهي ٿو تہ توهان جي قياس واري سوچ جو نتيجو صحيح هجي، پر توهان جو استدلال غلط هجي مثال طور:

(1) سڀئي جانور گوشت خور ٿيندا آهن.

(2) ڪتو بہ هڪ جانور آهي.

(3) تنهن ڪري اهو گوشت خور آهي.

توهان جو ڪڍيل نتيجو سچو آهي تہ ڪتا گوشت خور آهن، پر توهان

جو سوچ ويچار غلط آهي ۽ توهان جو نقيبي جملو صحيح ڪونہ آهي. ڇاڪاڻ تہ سيئي جانور گوشت خور ڪونہ ٿيندا آهن.

منظم قسم جي سوچ فڪر ۾ انهيءَ قسم جو مسئلو هوندو آهي، جڏهن توهان ڪن حقيقتن بابت سوچيندا ويچاريندا آهيو ۽ سمجهندا آهيو تہ پنهنجو غور ۽ فڪر بلڪل صحيح آهي تہ توهان قياس واري ان ڪوڙڪيءَ ۾ ڦاسي ڪونہ سگهندئو. پر جڏهن توهان جي سوچ ويچار ۾ ڪي نيون شيون موجود آهن، جن لاءِ نوٽ ڪا ساڄهہ ڪانہ آهي تہ پوءِ توهان ڪي اڪيون ڪولڻ ڪپن تہ متان توهان جو ڪٿي پير نہ ترڪي وڃي! مون هيٺ ٻن نمونن جا قياس ۽ سوالن جاجواب مثال طور بيان ڪيا آهن. هنن مان ڪهڙو غلط ۽ ڪهڙو صحيح آهي؟ يا ٻئي غلط آهن؟ يا توهان جي نظر ۾ شروع ۾ ئي غلط آهن.

(1) سڀ الف، ج (جيم) هوندا آهن.
(2) سڀ س، ج هوندا آهن.
(3) تنهنڪري ڪجهہ الف، س هوندا آهن.

(1) سڀ ڪتا جانور آهن.
(2) سڀ ٻليون بہ جانور آهن.
(3) تنهن ڪري ڪجهہ ڪُتا ۽ ٻليون آهن.

اوهان اڳئي سمجهي چڪا هوندا تہ ٻئي قياس هڪ جهڙا آهن. پر جڏهن توهان ٽئين حصي وارو جملو پڙهيو تہ توهان کي هڪدم محسوس ٿيو تہ ٻيو جملو غلط آهي. پهرئين قياس بابت فيصلي ڪرڻ ۾ توهان وقت ڪونہ ورتو؟ جيڪڏهن توهان وقت ورتو تہ توهان سمجهي چڪا هوندئو تہ مان ڇا چئي رهيو آهيان؟

ڪتن ۽ ٻلين کي توهان چڱيءَ ريت سڃاڻو ٿا ۽ توهان کي چڱيءَ ريت خبر بہ آهي تہ اهي ڇا آهن؟ مٿي لڪيل اکر ڪن مشينن جي نمائندگي ڪن ٿا. جن بابت توهان کي ڪابہ پڪ ڪانہ آهي تہ اهي ڇا آهن؟ جيڪڏهن اهي، شين جي شڪل صورت ۾ موجود هجن ها، تہ توهان جو قياس ڪٿي صحيح بہ هجي ها تہ پوءِ بہ توهان جو غور فڪر غلط هجي ها.

جيڪڏهن اوهان جو غور فڪر ۽ استدلال قياسي قسم جو آهي تہ پوءِ حقيقتن ۽ معلومات تي وڌيڪ ضابطو رکو ۽ قياس جي اهم حصن کي سمجهڻ جي ڪوشش ڪريو.

وري بہ اوهان کي اهو احساس ٿيندو تہ هي مثال غير اهم آهن. مان هن ڳالهہ ۾ اوهان سان متفق آهيان ڇاڪاڻ تہ مون کي هنن جي استعمال کان سواءِ ٻيو ڪِتو بہ ڪونہ هو ۽ مون کي اوهان جي ذهن اندر جهاتي پائي، اوهان جي خاص مسئلن کي ڄاڻڻ يا اوهان جي سوچڻ ويچارڻ جو پتو بہ ڪونہ هو جن کي آءٌ مثال طور پڌائي سگهان ها. مان اوهان کي فقط هڪ عملي طريقو سمجهائڻ جي ڪوشش ڪري رهيو هوس. جيڪڏهن اوهان ان کي هڪ ڀيرو سمجهي ورتو تہ پوءِ اوهان پاڻ ايترا اهل ٿي ويندا جو پنهنجي ڪي نظر ۾ رکي پاڻ ئي سوچڻ ويچارڻ شروع ڪندا.

ڇا اوهان گهڻن اشتهارن کان متاثر ٿي ويندا آهيو؟

مون اڳئين باب ۾ پنهنجي هن خيال جو اظهار ڪيو هو تہ ڪن شين بابت لڳاتار سوال ڪندا رهجن. توهان ڪنهن شيءِ لاءِ يقين ڪري نہ ويهو تہ اها ائين هوندي جهڙيءَ ريت اشتهار ۾ ٻڌائي پئي وڃي. ڇاڪاڻتہ اوهان انهن بابت وڏا وڏا اعلان ٿا ٻڌو ۽ بار بار ٿا ٻڌو ۽ انهن ماڻهن يا ذريعن وٽان ٿا ٻڌو، جن بابت اوهان کي ڀروسو آهي تہ اهي جيڪي ڪجهہ چون ٿا سچ چون ٿا. رابرٽ لائيند Robert lynd چيو آهي تہ، هڪ ڪوڙ تي ويساهہ ڪرڻ اهڙن هزار سچن کان وڌيڪ سولو آهي، جيڪي اوهان هڪ ڀيرو بہ ڪونہ ٻڌا آهن". بار بار ٻڌو ويندڙ ڪوڙ سچ جهڙو وزن رکي ٿو ۽ ان تي ويساهہ ڪرڻ وارو لاڙو ان کان وڌيڪ طاقتور هوندو آهي.

هن حقيقت کي موجوده دور جي جديد اشتهار بازي وسيلي پڻ ثابت ڪري سگهجي ٿو. ڪجهہ سگريٽ ڪمپنيون هن قسم جي ڏوهن جون مجرم آهن، جيڪي هي نئي طريقا استعمال ڪنديون آهن جهڙوڪ: گهڻو ورجاءُ، وڏي آواز سان اعلان ۽ اهڙا ذريعا ڪم آڻڻ، جن تي ماڻهن جو ويساهہ هوندو آهي. ٿي سگهي ٿو تہ اهو منهنجو وهم هجي، پر مون کي پڪ انهيءَ ڪري آهي جو جڏهن منهنجي ٽي. وي يا ريڊيو ڪنهن ڪمپنيءَ جي سگريٽ جو تجارتي اشتهار ڏيندا آهن تہ ان جو آواز عام قسم جي آواز کان گهڻو وڏي ويندو آهي.

اوهان کي اشتهار جي گهڻي ورجاءَ جي ثابتي ڏيڻ جي ضرورت ڪانہ آهي. ڇاڪاڻ تہ اها هڪ حقيقت آهي تہ تجارتي اشتهارن جا ڪيترا فقرا ۽ آواز اسان جي ٻوليءَ جو جڻ تہ اتوٽ ڀاڱو بڻجي ويا آهن ۽ بازارن ۾ گهمندڙ ماڻهن جي واتان سدائين سون جي تعداد ۾ ٻيا ٻڌبا آهن ۽ اها شاهدي ڪافي آهي.

اشتهاري ڪمپنين جو ٻيو طريقو اهو هوندو آهي تہ هو ڪنهن وڏي نالي کي ڪتب آڻيندي يون آهن. انهيءَ مقصد سان لکين ڊالر "ساليانو خرچ ڪيا ويندا آهن تہ جيئن مشهور وڏا ماڻهو هڪ ردي سدي شيءِ جي مشهوريءَ لاءِ پنهنجي نالي جي استعمال جي اجازت ڏين.

قياس ڪرڻ وارو سوچ ويچار جو طريقو عام ماڻهو کي اچي آئي اهڙي نتيجي ڪڍڻ تي بيهاريندو آهي، جيڪو اشتهاري ڪمپنيون اڳئي سوچي چڪيون هونديون آهن.

(1) جو جونس هڪ مشهور فلمي ستارو آهي.

(2) جو جون فلاڻي برانڊ جا سگريٽ پيئندو آهي.

(3) تنهن ڪري ان برانڊ جو سگريٽ معيار ۾ اوچو هوندو.

ماڻهو آخر ڇو انهيءَ سوچ ويچار تي مجبور هوندا آهن. جڏهن تہ ڪين چڱيءَ ريت ڇاڻ هوندي آهي تہ اهڙي قياس جو فقط ٻهريون ڀاڱو سچ هوندو آهي؟ اها بہ پڪ آهي تہ اسان ايڏا ڏاها بہ ڪونہ آهيون جو سوچيون تہ جونس فقط اهي شيون ڪتب آڻيندو آهي، جن جي اشتهار لاءِ هن پنهنجو نالو ڏئي ڇڏيو آهي. پر جيڪڏهن انهن شين جي اشتهار لاءِ هن پنهنجو نالو ڏنو آهي ۽ اهي پاڻ ڪتب آڻيندو بہ هجي. پر دنيا اهو ڇو سمجهي ۽ مڃي تہ جيڪي شيون مسٽر جونس ڪتب آڻي رهيو آهي، سي واقعي اوچي معيار جون آهن؟ اهو بہ ڪٿي اسان مڃون تہ اهو فلم جو هڪ وڏو ۽ مشهور اداڪار آهي، پر اهو ضرور ڪونہ آهي تہ هو معياري سگريٽن جو وڏو پارکو بہ هجي.

هن جو حقيقتي جواب اهو آهي تہ اشتهارن اسان کي جنهن دڳ سان لائي ڇڏيو آهي، تنهن سان اسان اکيون ٻوٽيو ۽ ڪن ڇپا ڪيو سفر ڪري رهيا آهيون. مون کي اشتهاري ڪمپنين سان ڪوبہ ساڙ ڪونہ آهي. اهي پنهنجو ڌنڌو ڪري رهيون آهن ۽ نهايت چڱي نموني سان ڪري رهيون آهن. منهنجو اهڙين صنعتن سان ڪو جهيڙو جهٽو ڪونہ آهي. اهي انهيءَ لاءِ جاکوڙي رهيون آهن تہ جيئن سندن صنعت مان تيار ٿيل مال وڌ کان وڌ کپي وڃي. جيئن تہ هن سندن صنعت جون تيار ٿيل مذڪوره شيون نہ کپنديون تہ سندن صنعتون تباهہ ٿي وينديون.

تنهن ڪري مون کي غلط نہ سمجهيو وڃي. اهي تجارتي ڪمپنيون نيڪ آهن. پر مٿن اهو بہ فرض آهي تہ اهي توهان جي سوچ ويچار کي لڙياٽو نہ ڪن. اوهان ٻڌو يا ڏٺو هوندو تہ اهي (اشتهاري) ڪمپنيون ڏهن مختلف برانڊ جي سگريٽن جا اشتهار ڏينديون، جيڪي ملڪ ۾ تمام گهڻا مشهور

آهن ۽ سندن سگريٽ بہ تمام گھڻا وڪامندا آهن. هاڻي هن قسم جي احساس واسطي اهو استدلال نہ ڏيڻ گهرجي تہ اهو ناممڪن آهي ۽ وڪري جي نقطئہ نظر کان فقط هڪ ئي اهم برانڊ تي سگهي ٿو. اهي تجارتي ڪمپنيون هڪ ماڻهوءَ کي سفيد ائپران پارائي ڊاڪٽر سڏينديون آهن. اهو بہ ظاهر ڪنديون آهن تہ هن وري جاچي پرکي ڏٺو تہ "X" برانڊ وارا سگريٽ سڀني کان اعليٰ ۽ بهترين آهن. توهان ايمانداريءَ سان ٻڌايو تہ ڇا توهان کي اهو ويساهہ ٿئي ٿو تہ اهڙا سڀ ماڻهو ڊاڪٽر هوندا آهن؟ جيڪڏهن واقعي اهي ڊاڪٽر آهن تہ ڪهڙي طريقي سان ثابت ڪجي تہ سندن سارو وقت سگريٽ جي کوجنا ڪندي گذرندو آهي. جيڪڏهن هو ائين ڪري بہ رهيا آهن تہ هنن ڪڏهن گڏ تي کوجنا وارن اوزارن کي جاچي ڏٺو آهي يا کوجنا وارن طريقن کي پرکي ڏٺو آهي تہ سندن اوزار ۽ طريقا گهربل نتيجن ڪڍڻ لاءِ مناسب آهن يا نہ! جيڪڏهن ائين آهي تہ سندن ڪڍيل نتيجا مختلف ڇو هوندا آهن؟ هاڻي اسان کي سگريٽن ڇاهڻ وارين ڳالهين کي ڇڏي ڏيڻ کپي. جيڪي گهڻ ڇڙ ڏياريندڙ هوندا آهن. پر اشتهارن سان لاڳاپيل ڪمپنين بابت کوجنا ڪرڻ گهرجي.

هاڻي هڪ ناعاقبت انديش قسم جو اشتهار ڏئي ماڻهن جي ذهن ۾ هيءَ ڳالهہ وهارڻ جي ڪوشش ڪئي پئي وڃي تہ تيار تيل فقط فلاڻي شيءِ ۾ xyz قسم جا اهم ڪيميائي جزا موجود آهن. هن قسم جي ڪيميائي جز ڪري هيءَ شيءِ ساڳئي گروهہ جي ٻين شين کان ممتاز تي ويندي آهي. پر ڏٺو وڃي تہ اهڙين شين جي اشتهارن ۾ ڪونہ ڪو ڳجهو ڪيميائي جزو ضرور شامل ٿيل نظر ايندو آهي. اشتهارن ۾ نظر ايندڙ فائدي وارا اهڙا ڪيميائي جزا يا ڪي ڳجهيون پاجهيون شيون هتي موجود هونديون آهن. پر هڪ ٻئي کان اڳتي وڌڻ ۾ گوءِ ڪٽڻ واريون ڪمپنيون پنهنجي تيار تيل شين ۾ اهي ڪيميائي شيون آخر ڇو وجهنديون؟ جيتري قدر منهنجي ڄاڻ جو تعلق آهي تہ اهڙا ڪيميائي جزا هٿ ڪرڻ انسان جي هٿ وس آهن ۽ ڪهڙو بہ صنعتڪار اهڙا ڪيميائي جزا هٿ ڪري پنهنجي شين جي تياريءَ ۾ ڪتب آڻي سگهي ٿو. ۽ هر صنعتڪار وٽ پنهنجا ڪيميا جا ماهر هوندا آهن. جن کي اهڙن ڪيميائي جزن جي پوري ڄاڻ هوندي آهي.

ٻہ ٽي سال اڳ ڪي ٿُٿ پيسٽ ڪمپنيون رڙيون ڪري رهيون هيون تہ سندن تيار ڪيل ٿٿ پيسٽ ۾ ڏندن کي رڳڙڻ Abrasive جهڙوڪو مواد ڪونہ هوندو آهي. مون کي ياد آهي تہ جنهن ڊاڪٽر کي مان ڏند ڏيکاريندو

هوس، تنهن اهڙيون ڳالهيون پڌي ڪلي ڏنو هو ۽ مون کي چيو هئائين تہ جيڪڏهن ٿٽ پيسٽ ۾ رڳڙڻ وارو ٿورو گهڻو مواد نہ هوندو تہ توهان فقط ڏوڻري سان ڏندن کي برش ڪونہ ڪندا. اهو رڳڙڻ وارو ئي مواد تہ هوندو آهي جيڪو ڏندن تي ڇميل ڪا شيءِ يا داغ وغيره صاف ڪري ڇڏيندو آهي.

آئون وري موتي سگريٽن جي واپارين ڏانهن اچان ٿو. منهنجو سگريٽن سان ڪو ساڙ ڪينو ڪونہ آهي. مان تہ تمام گهڻا سگريٽ ڇڪيندو آهيان.

سگريٽ جون اشتهاري ڪمپنيون گهڻي وقت کان وٺي اسان کي هن قسم جو ويساهہ ڏيارڻ لاءِ جاکوڙي رهيون آهن تہ جيڪڏهن فلاڻي عظيم شخصيت فلاڻي برانڊ جا سگريٽ پيئندي آهي تہ هن جهڙن ٻين معزز ماڻهن کي ساڳئي برانڊ جهڙا سگريٽ ڇڪڻ کپن.

شهر پرسان آباد ڳوٺ جو هڪ ماڻهو فلاڻي برانڊ جو بيئر Bear پيئندو آهي. جيڪڏهن اوهان شهر پرسان ڪنهن ڳوٺ جا رهواسي آهيو تہ توهان کي بہ انهي ساڳي برانڊ جو بيئر پيئڻ کپي. جيڪڏهن اوهان اشتهارن جي اثر کان پنهنجي پر ۾ ڦيرگهير ڪئي تہ مان سمجهندس تہ اوهان کي ٻن قسمن جو بيئر پيئڻ جي عادت آهي.

مان اشتهاري ڪمپنين تي تمام گهڻي تنقيد ڪري چڪو آهيان ۽ فقط هڪ نڪتي تي زور ڏئي رهيو آهيان. جيڪو سوچ ويچار ڪرڻ لاءِ نهايت اهم آهي تہ پاڻ کان سدائين اهو سوال پڇندا رهو ۽ غلط قسم جي استعمال کان بچندا رهو. ڪي اشتهاري شيون سٺيون هونديون آهن. پر اهڙين شين کي پاڻ جاچي ڏسڻ سکو تہ واقعي اهي ڀليون آهن يعني اوهان انهن شين کي سٺيون سمجهڻ کان اڳ جاچي پرکي ڏسو. مان اشتهاري ڪمپنين جا مثال بہ انهيءَ ڪري ڏنا آهن. انهيءَ لاءِ تہ جيئن هن نڪتي کي چڱيءَ ريت سمجهي سگهجي، جيڪو هر شيءِ جي ڪري ڪوتي هئڻ لاءِ بهترين استدلال آهي.

جيڪڏهن اوهان وٽ لفظن جو وڏو ذخيرو موجود آهي تہ معنيٰ اوهان کي تمام دماغي طاقت حاصل آهي.

جڏهن اسان سوچيندا ويچاريندا آهيون تہ حقيقت ۾ اسان پاڻ سان ڳالهائيندا آهيون. اهو سچ آهي تہ ان وقت اسان جي اڳو انهن شين جون ڪيئي تصويرون اچي وينديون آهن ،جن بابت اسان سوچيندا ويچاريندا آهيون. ۽ پنهنجو پاڻ سان بحث مباحثو بہ ڪندا آهيون. سائنسدانن اهو ثابت ڪيو آهي تہ جڏهن ڪو ماڻهو سوچيندو آهي تہ سندس چپ ۽ ساهہ

ڪٽڻ واري نالي اهڙي قسم جو هڪ جذباتي اظهار ڪنديون آهن. هن حقيقت مان اهو ثابت ٿئي ٿو تہ سوچڻ مهل اهي بہ عضوا چرندا پرندا رهندا آهن.

جيڪڏهن اوهان جي ذهن ۾ لفظن جو وڏو ذخيرو موجود هوندو آهي، تہ اوهان بلڪل صحيح نموني سوچي سگهندا آهيو. تنهن ڪري اوهان ۾ لفظن جي ذخيري وڌائڻ جي هڪ مستقل عادت هئڻ کپي، لفظن کي ياد ڪرڻ ڪو ڏکيو ڪم ڪونہ آهي، پر اسان مان گهڻا ماڻهو سست ۽ ڪاهل هوندا آهن ۽ ائين ڪرڻ ڪونہ چاهيندا آهن. جيڪڏهن اوهان ۾ اهڙن لفظن هٿ ڪرڻ جي هير آهي جيڪي توهان نہ ٻڌا آهن يا اهڙا لفظ پڙهيا آهن، جيڪي توهان اڳي ڪڏهن بہ ٻڌا ڪونہ آهن يا جن لفظن جي معنيٰ جي توهان کي خبر ڪانہ آهي تہ پوءِ سمجهڻ کپي تہ توهان جي لفظي ذخيري ۾ واڌ ۽ ترقي ٿي رهي آهي.

جيڪڏهن توهان ڊڪشنري حاصل ڪري ڪونہ ٿا سگهو تہ ڪا وڏي ڳالهہ ڪانہ آهي. ڪاغذن جي بندي نااهي انهيءَ تي لفظ لکو ۽ ياد ڪرڻ شروع ڪري ڏيو. پر ڪاغذن جي بندي سدائين توهان کي کيسي ۾ ڪڻڻ گهرجي جيڪڏهن ڏيو. گهر ويهي لفظن کي ياد ڪري رهيا آهيو تہ اهڙا لفظ ياد ڪري جيڪي توهان جي لاءِ نوان ۽ اوپرا آهن، پر جيڪڏهن توهان ائين نہ ڪندئو تہ توهان مان لفظن ياد ڪرڻ جي هير نڪري ويندي ۽ لفظ بہ وساري ويهي رهندئو. توهان کي نہ رڳو اهو ڪرڻو آهي پر اهو بہ ڏسڻو آهي تہ انهن لفظن جي اصلي معنيٰ ڇا آهي؟ انهيءَ لاءِ تہ جيئن توهان انهن لفظن کي نهايت صحيح جڳهہ تي ڪتب آڻي سگهو.

ڪجهہ گهڙيون اڳ مون اوهان کي گذارش ڪئي هئي تہ ڪڏهن اڪين بدران دماغ سان پڙهيو وڃي، توڪي اچرج ٿيندو تہ ماڻهو ائين ڪري هڪ ئي وقت پڙهڻ ۽ سکڻ ڪري گهڻو ڪجهہ حاصل ڪري سگهندو آهي. پڙهڻ مهل اوهان ڪتاب جي چونڊ ڪريو. مثال طور اوهان ڪن عظيم شخصيتن جون آتم ڪهاڻيون پڙهو ۽ انهن منجهان سکو تہ هنن ڪهڙي طريقي سان سوچيو ويچاريو هو. جهڙيءَ ريت ٻين دلچسپ شين لاءِ وقت ڪڍندا آهيو، تهڙيءَ ريت اوهان سٺن ڪتابن جي پڙهڻ لاءِ پڻ وقت ڪڍو. جيڪڏهن اوهان وٽ ڪو باچتو وقت ڪونہ آهي تہ پوءِ اهڙيءَ ڪوٽ کي پوري ڪرڻ واسطي ڪتابن جا تت بہ موجود هوندا آهن جن جو نهايت ٿوري وقت ۾ مطالعو ڪري سگهجي ٿو. پر جيڪڏهن توهان سوچڻ ويچارڻ لاءِ پنهنجو پاڻ سان ڳالهائيندئو تہ ان ۾ ڪو نقصان ڪونہ آهي. انهيءَ سان تہ پاڻ وڏيڪ دانشمندانہ گفتگو ڪري سگهندئو.

پنهنجي دماغي طاقت کي وڌائڻ لاءِ مشق ڪندا رهو.

ڇا توهان سوچڻ ويچارڻ جي مشق ڪرڻ چاهيو ٿا؟ جيڪڏهن توهان بهترين ڪتاب پڙهندئو ته انهيءَ وسيلي به سوچڻ ويچارڻ جي مشق ٿي سگهي ٿي. سوچڻ ويچارڻ جي مشق ڪرڻ جو ٻيو نمونو اهو آهي ته توهان اهڙا مسئلا حل ڪرڻ لاءِ جاکوڙڻ شروع ڪريو، جن جو توهان سان ڪو واسطو ئي ڪونه آهي. لفظن جي ڳجهارتن Cross word puzzer کي حل ڪرڻ جي ڪوشش ڪريو. جيڪڏهن توهان ائين هڪ ڀيرو به نه ڪيو آهي ته آخر ائين ڇو نه ڪيو آهي؟ توهان شايد ڊڄو ٿا ته ائين ڪري ڪونه سگهندئو؟ ان جو به امڪان آهي. پر جيڪڏهن توهان ڪجهه وقت لاءِ ائين ڪندا رهندئو ته نيٺ هڪ ڏينهن ان ۾ سويارا ٿيندئو، توهان کي خبر آهي ته ڇو؟ جيڪڏهن توهان هڪ ڀيرو ڪري ڏسندئو ته توهان کي محسوس ٿيندو ته توهان جي لفظن جو ذخيرو تيزيءَ سان وڌي رهيو آهي ۽ جيڪي صحيح ۽ ٺيڪ لفظ استعمال ڪري ڪونه سگهيا هئائو، تن کي ياد ڪرڻ جو به توهان کي هڪ موقعو ملي ويندو.

جيڪڏهن توهان کي لفظن جي ڳجهارتن ڀڃڻ ۾ به دلچسپي نه آهي ته پاڻ کي للڪارڻ جي ڪوشس ڪريو، ۽ پاڻ کي ايترو للڪاريو جو توهان جي تڪميل ٿي وڃي.

جيڪڏهن توهان دوستن سان گڏ چٽريڊ Charade راند ڪيڏي رهيا آهيو ۽ اشارن ۾ ڪنهن لفظ يا فقري کي ڀڃڻ جي ڪوشش ڪري رهيا آهيو ته انهيءَ طريقي سان به پنهنجي دماغي طاقت کي وڌائڻ جي ڇڻ جاکوڙ ڪري رهيا آهيو، جيڪڏهن توهان جسماني طور ڦڙتيءَ ۽ چالاڪيءَ جو زياده مظاهرو ڪري نه ٿا سگهو ته گهٽ ۾ گهٽ هڪ راند ته ڪري سگهو ٿا، جنهن جي سٽي نالي نه هجڻ ڪري مان متس پنهنجو نالو "سالومس" Solvems رکيو آهي. اهڙيون رانديون روندليون ٿوري وڪڙ هڪ قسم جي ڳجهارت هونديون آهن. اهي هن ريت هونديون آهن. هڪ ماڻهو هڪ قسم جو منظر پيش ڪندو آهي يا اهڙي سرگرميءَ جو مظاهرو ڪندو آهي. ان گروهه جا ماڻهو "ڇو" Why ۾ هڪ منطقي جواب ڏيندا آهن. منطقي جواب تائين پهچڻ واسطي پڇيل سوالن جا جواب "ها" ۽ "نه" يا "غلط" چئي ڏنا ويندا آهن. اهڙيءَ ريت لاڳاپيل ماڻهو هرهڪ سوال جو جواب ها، نه، يا غلط ۾ ڏيندو آهي.

هاڻي مان اوهان کي ان جا هڪ ٻه مثال ڏئي رهيو آهيان. مثال هي آهي

تہ جان john بستري تي سمهيو پيو آهي ۽ ڪيس ننڊ نہ ٿي اچي، هو اُٿي ٽيليفون وٺ وڃي ٿو ۽ ڪو نمبر ڊايل ڪري چوي ٿو ”هيلو، جووِ“ ايترو چئي ٽيلفون اِڪدم جيان رکي واپس اچي بستري تي آهلي پوي ٿو ۽ ڪيس هڪدم ننڊ ڪٺي وڃي ٿي. ان ڪان پوءِ هن قسم جي سوال جواب جو سلسلو شروع ٿي وڃي ٿو.

ڇا جوو Joc جان جو دوست آهي؟ نہ يا غلط
ڇا جان کي ننڊ جي ٽڪين گهرائڻ جي ضرورت هئي؟ نہ
ڇا ڪيس ڪنهن ڊاڪٽر جي ضرورت هئي؟ نہ
ڇا ڪيس ڪنهن ڳالهہ جي ڳڻتي هئي؟ نہ يا غلط
ڇا هو پرٽيل هو؟ غلط
ڇا اهو سبب ڳولي لهڻ اهم آهي تہ جان کي ننڊ ڇو نہ اچي رهي هئي؟ ها
ڇا ڪيس ڪو درد سور هو؟ نہ
ڇا هن انهيءَ لاءِ تہ ٽيليفون نہ ڪئي هئي تہ ڪو گهر آهي؟نہ
ڇا ٽيليفون ڪرڻ ڪان پوءِ ڪيس پڪو يقين ٿي ويو تہ جووِ گهر ۾ موجود آهي؟ ها
ڇا جان کي ننڊ نہ اچڻ جو ڪارڻ جووِ آهي؟ ها
وغيره وغيره

جيڪڏهن توهان سوچيندا هوندئو تہ صفا پويون سوال ۽ جواب ساري صورتحال جو نشان پتو ٻڌائي ڇڏي ٿو. جان هوٽل جي ڪنهن ڪمري ۾ موجود آهي ۽ ڪيس ننڊ نہ ٿي اچي، ان جو ڪارڻ اهو آهي جو ڀرواري ڪمري ۾ سمهيل ماڻهو وڏي آواز ۾ گهوگهرا هڻي رهيو آهي. هو ٽيليفون ڪٽي آپريٽر کي ان ڪمري جي ٽيليفون سان ملائڻ لاءِ چوي ٿو. ان ڪان پوءِ جووِ جا گهوگهرا بند ٿي وڃن ٿا. ڇاڪاڻ تہ ٽيليفون جي گهنٽي وڄڻ ڪان پوءِ جان چوي ٿو ”هيلو جووِ“، جڻ ڪيس ڪجهہ چوندو هجي. بعد ۾ هو ٽيليفون بند ڪري ڇڏي ٿو، ڇاڪاڻ تہ اهو ماڻهو جان جو واقف ئي ڪونہ هو.

هاڻي هن مسئلي لاءِ بہ هڪ منطقي ۽ واضح جواب موجود آهي، پر مسئلي جي حل نہ ڄاڻڻ وارن ماڻهن کي ٿوري وقت لاءِ ضرور پريشان ڪندو. جيڪڏهن هن قسم جي خيال کي پسند ڪريون ٿا تہ اهڙو هڪ ٻيو مثال پيش ڪجي ٿو:

مسٽر جونس صبح جو سوير پنهنجي ڊنڌي لاءِ وڃي ٿو ۽ پنهنجي گهر واريءَ کي الهہ واهي چئي ڪار ۾ چڙهي هليو وڃي ٿو. پوءِ ٽي چار بلاڪ پنڌ

ڪري گهر موٽي اچي ٿو ۽ پنهنجي گهر واري کي قتل ڪري ڇڏي ٿو. ڇو؟

جيڪڏهن اسان جا دوست جاسوسي قسم جي سوچ فڪر جا ماڻهو هوندا تہ سمجهي ويندا تہ هو ٿوري فاصلي هلڻ کان پوءِ گهر ڏانهن اوچتو ڇو موٽيو؟ ۽ جي سوچي سمجهي سوال ڪيا ويندا تہ اهي جلد ئي سمجهي وٺندا تہ هن پنهنجي ڪار واري ريڊئي تي ڪجهہ ٻڌو هوندو.

هن سوال جو مڪمل جواب هن ريت آهي تہ هن پروگرام ٻڌڻ لاءِ ريڊيو کوليو. ان وقت گهر ڏانهن ٽيليفون ڪرڻ وارو پروگرام هلي رهيو هو. جونس بہ چاهيو تہ هو ٽيليفون ڪري گهرواريءَ سان ڳالهائي هُن جڏهن پنهنجي گهر واري نمبر تي زال سان ڳالهائڻ چاهيو تہ هڪ مرداڻي آواز ڪيس جواب ڏنو.

توهان بہ اهڙا "سالومس" جوڙيو ۽ ڏسو تہ اوهان جا دوست جواب ڏئي سگهن ٿا يا نہ؟ اها ڏاڍي بهترين ذهني مشق آهي. اهڙيون ڳجهارتون جوڙڻ کي ڏکيون بہ ڪونہ آهن، ڏسو مان بہ اوهان کي هڪ اهڙي ڳجهارت ڏئي رهيو آهيان. مان سمجهان ٿو تہ اوهان جي دل ۾ بہ اهڙو خيال پيدا ٿي چڪو هوندو.

ڪليو Cleo سمهڻ واري ڪمري جي فرش تي سُتي پئي آهي. سندس چوڌاري شيشي جا ٽڪرا ۽ پاڻي پکڙيل آهي. تام بہ ان ڪمري ۾سمهيو پيو آهي؟ ڇو.

هن ڳجهارت جي پڇاڻي ايڏي ڏکي ڪانہ آهي، پر پوءِ بہ ڪجهہ وقت ضرور وٺندي. ڪليو هڪ سونهري ننڍڙي مڇي آهي. جيڪا شيشي جي ٿانو ۾ پيل پاڻيءَ ۾ رهندي هئي. تام نالي هڪ ٻلي شيشي جي ان ٿانو کي ڪيرائي پڇي ڇڏيو، اهو آهي سارو قصو.

اوهان کي ڪڏهن ڪرائپٽوگرامس Cryptograms نالي اکرن جي هڪ ٻي ڳجهارت پڇڻ جو موقعو مليو آهي. مان سمجهان ٿو تہ اهڙيون پروليون سوچ فڪر کي وڌائڻ جو نهايت اڄرج جهڙو ڪم ڏينديون آهن، اهڙي پرولي پڇڻ لاءِ اوهان کي بنا ڪنهن وٿيءَ جي لڳاتار سوچڻو ويچارڻو پوندو. جيڪڏهن هڪ ڀيرو بہ اوهان جي سوچ ۾ ڪهاري پئجي وئي تہ پوءِ ڳالهہ ئي ڳُڙ ٿي پوندي. ڌيان ڏيو تہ اهڙيون پروليون کي ڏکيون بہ ڪونہ آهن.

ڪرائپٽوگرام جي پيغام ۾ ڪن اکرن Letters ۽ انگن Numbers جي جاءِ اکر ڪم آندا ويندا آهن. انهن مان هرهڪ جو تعين ٿيل تمونو هوندو آهي. جيڪڏهن هڪ ڀيرو توهان کي ان جي نموني جو پتو پئجي ويو تہ

توهان پرولي پڇڻ ۾ سوڀارا ٿي ويندا. پرولي پڇڻ اها وڏي ڳالهه ڪانه هوندي آهي، پر اهم ڳالهه ڳوڙهو سوچڻ ۽ استدلال هوندو آهي.

ڪرائپٽو گرام جو سولو نمو الف. ب جي اکرن انگن جو ملهه ڏيڻ هوندو آهي. مثال طور 1=A، 2=B، 3=C، تہ What پروليءَ تي پٽاٽي ٿيندي "30-8 - 1-20"

مان هتي اوهان کي هڪ ڪجهہ ڏکيرو ڪرائپٽو گرام ڏئي رهيو آهيان جيڪڏهن اوهان ٿورو بہ ڌيان ڏنو تہ هڪدم پڇي سگهندا:

USBHFEZ BOE DPNFWZ

هيءَ پرولي بہ ڏاڍي سولي آهي. ڏسڻ ۾ ايندڙ اکرن جي جاءِ تي الف- ب ۾ انهن جي اڳيان نظر ايندڙ اکر لکيا وڃن. مٿي U نظر اچي رهيو آهي. ان جي جاءِ تي T لکو، S جي جاءِ تي R لکو، B جي جاءِ تي A لکو، H جي جاءِ تي G لکو، F جي جاءِ تي E لکو، E جي جاءِ تي D لکو ۽ Z جي جاءِ تي Y لکو. اهڙيءَ ريت هڪ لفظ "Tragedy" ٺهي پيو. ساڳيءَ ريت بين لفظن جي بہ نئين جوڙ جڪ ڪريو تہ مٿئين ٽن لفظن جو مفهوم ٿيندو TRAGEDY COMEDY.

هن قسم جي ڪرائپٽو گرام پرولين ۾ اوهان کي اهو ٻڌايو ڪونہ ويندو آهي تہ ڇا پڇڻو آهي، توهان کي فقط هڪ پيغام ملندو ۽ اهو اوهان کي پڇڻو آهي. انهيءَ کان پوءِ اوهان کي پتو پوندو تہ ان پروليءَ جو مقصد ڇا آهي! هتي آءٌ اوهان کي ٻڌائي رهيوآهيان تہ ڪرائپٽوگرام ڇا آهي ۽ ان کي سمجهڻ ۾ ڪابہ ڏکيائي ڪانہ ٿيندي. منهنجو نالو "Harry Lorayne" آهي. مان اوهان کي هيءُ نالو گجهارت طورڏئي رهيو آهيان.

GIZBQSSQSXZ KMNPQSZMODF

هن پرولي کي سلڻ ۾ اوهان کي گهٽي دير ڪانہ لڳندي. منهنجي نالي ۾ "R" اکر جو گهڻو ورجاءُ آهي. مٿي ڏنل اکرن ۾ QS جو گهڻو ورجاءُ ڏسجي ٿو. مان انگريزي الف- ب جي ٻن اکرن QS جي وچ تي R کي لڪائي رکيو آهي يعني هتي QS اکر R جي برابر آهن. انگريزي الف- ب ۾ Q اکر R جي هڪ پاسي ۾ S ٻئي پاسي هوندي آهي، اهڙيءَ ريت منهنجي نالي جو اصلي اکر اهڙن ٻن اکرن جي وچ تي آهي جيڪو الف- ب ۾ هڪ ان جي اڳيان ۽ ٻيو پٺيان هوندو آهي. هاڻي توهان سمجهي چڪا هوندا تہ CI جي وچ تي H هوندي آهي تہ ZB جي وچ تي A هوندو آهي، QS جي وچ تي R ۽ XZ جي وچ تي Y ايندي آهي. تنهنڪري CTZBQSQSXZ جي پڇاڻي ٿيندي HARRY. هاڻي اوهان کي معلوم ٿي چڪو هوندو تہ مٿي ڏنل لفظن جو مطلب آهي

.HARRY LORAYNE
هاڻي مان اوهان کي هڪ ٻي پرولي ڏيان ٿو.
EXOOV ILOXVKB

هيءَ پرولي ٻيجڻ ۾ ڪجهه ڏکيري آهي، پر ٻجاڻي سوچڻ ويچارڻ لاءِ هڪ وڏي مشق هوندي آهي. جيڪڏهن اوهان سوچڻ ۾ دلچسپي وٺو ٿا ۽ ان کي پاڻ ٻجڻ جي ڪوشش ڪريو، اخبارن وڪڻڻ وارين جاين تي پرولي سلڻ جا ننڍڙا ڪتاب رکيل هوندا آهن اهي خريد ڪري هن پروليءَ کي ٻجو.

دماغ کي سوجهرو ڏيڻ واريون شيون سوچڻ ويچارن کي صحيح ڪري سگهنديون آهن.

منطقي ڳجهارتون ٻجڻ به سوچڻ جي هڪ وڏي مشق هوندي آهي. مان هتي اوهان کي هڪ منطقي ڳجهارت ڏئي رهيو آهيان. فرض ڪريو ته اوهان هڪ گهاٽي ٻيلي ۾ پنهنجو رستو وڃائي ڇڏيو آهي جنهن ۾ ڳاڙها ۽ ساوا ماڻهو رهندا آهن. هنن مان ڳاڙها ماڻهو سچ ۽ ساوا ماڻهو ڪوڙ ڳالهائيندا آهن.

توهان هلندي هلندي اچي هڪ ٻه واٽي تي پهتا آهيو ۽ اوهان کي "امگووا" نالي هڪ شهر ۾ وڃڻو آهي. ان ٻه واٽي تي هڪ ماڻهو بيٺو آهي. پر اونده هئڻ ڪري اوهان سمجهي ڪونه ٿا سگهو ته اهو ڳاڙهو ماڻهو آهي يا سائو؟ هتي مسئلو اهو آهي ته توهان کي فقط هڪ اهڙو سوال ڪرڻو آهي، جنهن جو جواب ها يا نه هجي ۽ توهان کي صحيح رستي جو پتو پئجي وڃي.

توهان کي پڙهڻ سان هي سوال ڏاڍو سولو ڀانئبو پر ائين ڪونه آهي. هن ڳالهه تي به ڌيان ڏرڻ گهرجي ته اونده هئڻ ڪري توهان کي اها ڄاڻ ڪانه آهي ته اهو ماڻهو ڳاڙهو آهي يا سائو. تنهن ڪري اها پڪ ڪانه آهي ته اهو ماڻهو اوهان سان سچ ڳالهائي ٿو يا ڪوڙ. جيڪڏهن ٻن سوالن پڇڻ جي موڪل هجي ها ته به اوهان جو مسئلو حل ڪونه ٿئي ها. فرض ڪريو ته اُتي بيٺل ماڻهوءَ کان پڇو ٿا ته، "تون ڳاڙهو ماڻهو آهين؟ جيڪڏهن اهو ڳاڙهو ماڻهو هوندو ته "ها" جواب ڏيندو ۽ جي سائو ماڻهو هوندو ته اهو ڪوڙ ڳالهائيندو ۽ اهو به "ها" چوندو.

هڪ رستو آهي جو اوهان هڪ سوال پڇي اهو معلوم ڪري سگهو ٿا ته انهن ٻن رستن مان ڪهڙو امگووا وڃي ٿو. اهڙو جواب ضرور اوهان کي ملندو، پر پاڻ ۾ اعتماد رکو ۽ هن مسئلي کي پاڻ ئي حل ڪرڻ جي

ڪوشش ڪريو. ڪاغذ جو هڪ ٽڪر ڪڻو ۽ سوچڻ شروع ڪريو. مان اوهان جي دماغ جي ملاقات بابت اوهان کان به وڌيڪ صحيح اندازو ڪري چڪو آهيان. مون کي پوري پڪ آهي ته جيڪڏهن اوهان سوچڻ ويچارڻ جي تمام گهڻي ڪوشش ڪئي ته مسئلو حل ٿي سگهي ٿو. توهان مختلف قسمن جي سوالن جا نمونا لکڻ شروع ڪريو ۽ سوچيو ته اهي صحيح جواب ملڻ لاءِ مناسب آهن يا نه. جيڪڏهن اوهان اهڙا سوال نه لکندا ته اوهان کان يا ته وسري ويندا يا منجهي پوندا.

مان اوهان کي هڪ اشارو ڏئي رهيو آهيان. ٿوري سوچڻ ويچارڻ کان پوءِ توهان کي محسوس ٿيندو ته سوال اهڙن لفظن ۾ پڇڻ کپي جو جواب صحيح ملڻ گهرجي، پوءِ اهو ماٺهو ڳاڙهو هجي يا سائو. مان اوهان کي جواب بابت ڪجهه اشارن ڏيڻ کان اڳ پنهنجي خيال کي ابتيءَ شڪل ۾ لکي رهيو آهيان.

توهان به واٽي تي بيهي رستن مان هڪ ڏانهن اشارو ڪري ڳاڙهي ماٺهوءَ کان پڇي رهيا آهيو ته (ابتو رکڻ گهرجي).

مان اوهان کان سويل پڇيو هو ته امگو وا ڏانهن ويندڙ رستو اهو امي ته توهان "ها" چئي هئي.

ماضيءَ جي زمان ۾ سوال پڇڻ ڪري اسان جي مسئلو جو حل ٿي سگهي ٿو. جيڪڏهن اوهان صحيح رستي ڏانهن اشارو ڪري اهڙن لفظن ۾ ڳاڙهي يا سائي ماٺهوءَ کان سوال ڪندا ته ٻئي ماٺهو "ها" ۾ جواب ڏيندا ۽ جيڪڏهن توهان غلط رستي ڏانهن اشارو ڪندئو، ته ٻئي ماٺهو "نه" ڪندا.

جيڪڏهن توهان سمجهي ڪونه ٿا سگهو ته اهو راز مان ٿو اوهان کي ٻڌايان ته اهو ائين ڇو ڪندا؟ فرض ڪريو ته توهان اڳ صحيح رستي ڏانهن اشارو ڪيو هو ته ڳاڙهي ماٺهوءَ ضرور ها ۾ جواب ڏنو هوندو ۽ هاڻي به ضرور "ها" چوندو. پر جيڪڏهن اهو سائو ماٺهو هوندو ته توهان صحيح رستي ڏانهن اشارو ڪيو هوندو ته هن ضرور ڪوڙ ڳالهائيندي "نه" چيو هوندو. هاڻي جيڪڏهن اهڙو سوال سائي ماٺهوءَ کان پڇندئو ته هو اڳئين انڪاري جواب کان ڦري ويندو ۽ "ها" چوندو. اهڙي قسم جي سوال پڇڻ ڪري ٻنهي قسمن جي ماٺهن کان "ها" ۾ جواب حاصل ڪري سگهندا ۽ صحيح رستي سان سفر ڪرڻ شروع ڪري ڏيندا.

پر جيڪڏهن توهان غلط رستي ڏانهن اشارو ڪري ڳاڙهي ماٺهوءَ کان

پڇيو هوندو ته امڪو وا ڏانهن ويندڙ رستو اهو آهي ته هن ضرور ڇيو هوندو "نه" ۽ وري جيڪڏهن ڪائنس ماضيءَ جي زمان ۾ سوال ڪندئو ته وري به توهان کي هو نه ۾ جواب ڏيندو. اهڙيءَ ريت جيڪڏهن تو سائي ماڻهوءَ کان پڇيو هوندو "نه" هن ڪوڙ ڳالهائيندي "ها" ڪئي هوندي. هاڻي جيڪڏهن هن کان ماضيءَ جي زمان وارو سوال ڪندئو ته هو پنهنجي اڳئين "ها" واري جواب کان ڦري ويندو ۽ ڪوڙ ڳالهائيندي چوندو "نه". اهڙيءَ طرح توهان کي ٻنهي قسمن جي ماڻهن وٽان "نه" ۾ جواب ملي ويندا ۽ ان بدران ٻيو رستو وٺي "امڪو وا" سفر ڪرڻ شروع ڪندئو.

هيٺ خال ڀرڻ واري ڳجهارت ڏني وئي آهي. اوهان اها ڳجهارت ڏئي پنهنجي دوستن جي سوچ ويچار کي آزمائي سگهو ٿا. هيءَ ڳجهارت ڀڃڻ ۾ ڏاڍي سولي آهي. پر سوچڻ ويچارڻ لاءِ هڪ سٺي مشق آهي.

توهان کي هيٺ ڏنل جملي ۾ موجود خالن کي ڀرڻو پوندو جنهن ۾ ساڳي ست اکر ساڳيءَ شڪل صورت ۾ ڪم آڻڻا پوندا ۽ اهو جملو منطقي طور تي بامعنيٰ هوندو.

The------ Surgeon was--------- to operate because he had --------

جيڪڏهن توهان جاڪوڙ ڪندئو ته پنهنجي مقصد ۾ ضرور سوڀارا ٿيندئو. هن ڳجهارت کي استدلال وسيلي ڀڃڻ جي ڪوشش ڪرڻ کپي. ڪتب ايندڙ اکر ساڳيا ۽ ساڳيءَ صورت شڪل ۾ هئڻ گهرجن. خالن جي شڪل صورت ۾ ڪجهه اشارا موجود آهن. ان جو حل هيٺ ابتيءَ تحرير ۾ ڏسندا.

اهي اکر NOTABLE آهن خال ڀرڻ کان پوءِ اهو جملو هن ريت ٿيندو:

The Notable surgeon was notable to operate because he had no table.

ڇا اوهان ذهين آهيو؟

جيڪڏهن اوهان واقعي ذهين آهيو ته هيءَ ڳجهارت ڀڃي ڏيکاريو. اوهان وٽ ٻارهن پينس آهن پر انهن مان هڪ کوٽو آهي. جيڪو ضرور ٻين سچن پئسن کان تور ۾ وڌيڪ يا گهٽ هوندو، پر توهان کي خبر ڪانه اهي ته اهو ڪهڙو آهي؟ توهان وٽ صراف جي تارازي آهي، پر وٽن سان پينسن کي توري ڪري کوٽي جي پرک ڪرڻي ڪانه آهي. توهان ان تارازيءَ جي ٻنهي پڙن تي پينس رکي توري ڏسندا ته ڪهڙو سچو آهي ۽ ڪهڙو کوٽو؟

هن مسئلي کي فقط ٽي ڀيرا توري حل ڪرڻو آهي ته ٻارهن مان ڪهڙو

پينس ڪوٺو آهي ۽ چوٿون پيرو تورڻ جي موڪل ڪانہ آهي. ان سان ڳڌ اهو بہ معلوم ڪرڻو آهي تہ اهو ڪوٺو پينس ڪرن ڪان ڳرو آهي يا هلڪو.

هيءَ ڳجهارت اهڙي سولي ڪانہ آهي. هن سان ڪيترا امڪان ۽ اتفاق بہ ٿي سگهن ٿا. توهان کي فقط پينسن کي پاڻ ۾ توري ڏسڻو آهي تہ اهي پاڻ ۾ هڪ جيترا آهن يا گهٽ وڌ.

مثال طور جيڪڏهن اوهان ٻن پينسن سان تور شروع ڪئي تہ اها اڳتي هلي غلط ثابت ٿيندي ڇاڪاڻ تہ اها ڪوٺي سڪي ڳولڻ لاءِ ٽن ڪان وڌيڪ پيرا وٺي ويندي اوهان وٽ ٽي امڪان آهن. (1) تارازيءَ جا ٻئي پاسا برابر بيهندا. (2) ساڄو پاسو هيٺ ۽ کاٻو پاسو مٿي ٿي ويندو. (3) کاٻو پاسو هيٺ ۽ ساڄو پاسو مٿي ٿي ويندو.

پنهنجي مدد لاءِ دوستن کي سڏي وٺو تہ اهي بہ اچي اوهان سان عملي طور مدد ڪن. ڳجهارت جي حل پڙهڻ ڪان وڌيڪ، ڪوشش ڪري ڳجهارت پجڻ ۾ وڌيڪ مزو آهي.

ڳجهارت جي پڄاڻي هن باب ۾ ڪانہ ڏني وئي آهي. ڇاڪاڻ تہ مان اوهان جي قوت ارادي کي چيڪون ڪرڻ ڪونہ ٿو چاهيان. ان ڪري هن ڪتاب جي ڪنهن باب ۾ ڏئي ڇڏي اٿم. پر مان اوهان کي ٻڌائڻ ڪونہ ٿو چاهيان تہ اها ڪٿي آهي. توهان هلندي هلندي نيٺ پاڻ اتي اچي نڪرندا. هن ڳجهارت پجڻ لاءِ ايتري تڪڙ بہ ڪانہ آهي. اوهان اڪيلا پجو يا پنهنجن دوستن ڪان مدد وٺو. پلي اوهان کي بہ ٽي ڏينهن لڳي وڃن، انهي سان ڪوبہ فرق ڪونہ ٿو پوي. ان ڪان پوءِ پنهنجي پڄاڻيءَ کي جاچي پرکي ڏسو تہ اها غلط آهي يا صحيح. پڄاڻيءَ کي سمجهڻ پڄاڻيءَ لاءِ ڪوشش ڪرڻ جيترو ڏکيو آهي. جيڪڏهن هيءَ ڳجهارت ڪوشش ڪري اوهان پاڻ سلي تہ اوهان ان کي چڱيءَ ريت سمجهي بہ سگهندا.

سو اوهان ۾ سوچڻ ويچارڻ جي مشق ۽ استدلال جي طاقت پيدا ڪرڻ لاءِ مون وٽ ڪجهہ خيال آهن. جيڪڏهن اوهان منهنجي ٻڌايل رستي يا ڪنهن ٻئي اصول مطابق انهن جي مشق ڪندا رهندا تہ اوهان کي اها ڄاڻ ملي ويندي تہ سماجي ۽ ڏنڌي جي اهم مسئلن تي ڪهڙي وقت صاف ۽ چٽو سوچڻ ضروري آهي. ائين ڪرڻ ڪان پوءِ اوهان اهڙن مسئلن تي سوچڻ ويچارڻ جي بلڪل اهل ٿي ويندا.

باب ڇهون

تخليقي طور سوچيو ويچاريو قدامت جون سڀ روايتون ڇڏي اڳتي وڌو.

ماڻهو پنهنجي سوچ فڪر ۽ ذهني جادو، علم ۽ طاقت وسيلي پنهنجي دنيا کي بدلائي نئين انتظامي ۽ دلڪش دنيا پيدا ڪري سگهي ٿو ۽ ان کي انسان ذات جي ذهني وسعت جو اَملهه ڌن بنائي سگهي ٿو. **(فرئنڪ بئرن)**

ذهني تصويرن ٺاهڻ جو عمل يا سوچ فڪر هڪ عنصر آهي، جنهن کان سواءِ ڪڏهن به سوپ ڪانه ملندي آهي. سوچ فڪر کي صحيح معنيٰ بيان ڪرڻ ڏاڍو مشڪل آهي، پر ان هوندي به اهڙي سرگرمي مخصوص ۽ متعين هوندي آهي.مان اوهان کي ڪهڙي طريقي سان سيکاريان ته غور فڪر يا تخليقي سوچ کي ڪهڙي نموني سان وڌائي سگهجي ٿو؟ مان سمجهان ٿو ته ان لاءِ فقط هيءُ رستو آهي ته مان توهان کي مجبور ڪريان ته سوچيو! ۽ قدم اڳتي وڌايو.

توهان تخليقي سوچ به ائين شروع ڪري سگهو ٿا، جهڙيءَ ريت عام شين جي شروعات ڪندا آهيو. جيڪڏهن توهان ٻين تي رحم ۽ ٻاجهه جي مشق ڪندا رهندئو ته رحمدل ۽ ٻاجهارا ٿي پوندئو، جيڪڏهن توهان بهادري ۽ دليريءَ جي مشق ڪندا ايندئو ته ڪنڌار جوان ٿي پوندئو. پر جيڪڏهن توهان تخليقي طور غور فڪر جي مشق ڪندا رهندئو ته توهان کي پاڻ ئي محسوس ٿيندو ته توهان ڏينهون ڏينهن وڌيڪ سوچي ويچاري رهيا آهيو.

پر بدقسمتيءَ جي ڳالهه اها آهي ته اڄ ڪلهه اسان مان گهڻا روايتي سوچ فڪر جي گجڻ ۾ ڦاسي پيا آهن، جنهن مان ٻاهر نڪرڻ هنن لاءِ ڏاڍو ڏکيو آهي، ڪيئي سال اڳ پنهنجي جياپي لاءِ تخليقي طور سوچيندا هئا. اڄ واري زندگيءَ ۾ ٿوري گهڻي سوچڻ ويچارڻ جي مشق ڪرڻ ضروري آهي.

فن ۽ ڪلا جي ڪيتر ۾ تخليقي عمل ڪرڻ وارن کان سواءِ اڪثر ماڻهو ذهني پورهئي بدران جسماني پورهيو ڪندا آهن. البت ٿيڪم ڪٽي رستي تان برف صاف ڪرڻ، فرشن جي صفائي ڪرڻ يا ڪار جي پالش ڪرڻ کان ناول لکڻ يا شاعري ڪرڻ لاءِ غور فڪر ڪرڻ يا نئين شيءِ ايجاد ڪرڻ لاءِ تخليقي طور سوچڻ ويچارڻ تمام گهڻو ڏکيو هوندو آهي.

مان هيءَ ڳالهه قبول ڪريان ٿو ته جسماني پورهيو به نهايت اهم آهي. پر ان سان گڏ هينري جي. ٽئلو Henry J. Taylaor سان پڻ سهمت آهيان جنهن جو چوڻ آهي ته، "غور ۽ فڪر ڪرڻ هن ملڪ جي هر گهر جو ڏيئو روشن ڪندو آهي؛ اسان جي استعمال جي هر شيءِ، گرجا گهر جي هر اڏاوت، هر دريافت، رحم ۽ ڀاجهه هر سرگرمي، عام ماڻهوءَ جي استعمال لاءِ بهتر شين جي تخليق سوچڻ ويچارڻ جي مشقت وسيلي ٿيندي آهي."

توهان کي تخليقي طور ڇمڻو آهي ۽ توهان تخليقي طور ڄاوا هئا.

توهان مون سان هن ڳالهه ۾ ضرور سهمت ٿيندئو ته تخليقي طور سوچڻ ويچارڻ نهايت اهم عمل آهي ۽ مون کي اها به پڪ آهي ته اوهان سڀ تخليقي طور سوچڻ ويچارڻ پسند ڪري رهيا آهيو. مون کي هيءُ به احساس آهي ته اسان مان گهڻا ماڻهو ائين سمجهندا آهن ته ماڻهو کي تخليقي طور تي سوچڻ ويچارڻ واري ڏات ڄمڻ سان ملي ويندي آهي.

هن ڳالهه ۾ توهان بلڪل سچا آهيو ۽ توهان به غور و فڪر ڪرڻ واري ڏات سان گڏ ڄاوا آهيو. ٻار نهايت واضح ۽ چٽو سوچيندا ويچاريندا آهن. پر ڏک جي ڳالهه اها آهي، ته جيئن جيئن اسان عمر ۾ وڏا ٿيندا ويندا آهيون ته اسان جي سوچڻ ويچارڻ واري سرگرمي پوئتي پوندي ويندي آهي. اسان ڪجهه ته پنهنجي ساري زندگي جڻ اگهور ننڊ ۾ گهاري ڇڏيندا آهيون ۽ هڪ ڪَنَ پَلَ لاءِ به اک ڪونه پٽيندا آهيون. اهو ڪيڏو نه هاڃو آهي! اهو نه رڳو توهان جو شخصي نقصان آهي پر اهو انسانذات جو به نقصان آهي. ليڪن ان جي ڪنهن کي پرواهه آهي؟

ڪنهن کي به اها خبر ڪانه آهي ته جيڪڏهن توهان پنهنجون دماغي صلاحيتون ڪتب آڻيو ها ته تنهنجا خيال ۽ تخليقي سوچ فڪر اهڙيون شيون ايجاد ڪن ها جو دنيا حيران رهجي وڃي ها. شايد توهان جو خيال آهي ته ڏات ڏٺي ڪي ٿورڙا ماڻهو آهن، جيڪي نِتَ نون خيالن جا مالڪ هوندا آهن.

ممڪن آهي تہ اها ڳالهہ سچي هجي. مان بہ پوري پڪ سان چوان ٿو تہ جيڪڏهن توهان ٿوري جاکوڙ ڪندئو ۽ سوچڻ ويچارڻ جي مشق ڪندئو تہ توهان پاڻ بہ انهن ٿورن ذات ڏٺين مان هڪ ٿي سگهو ٿا.

مون کي اهو ويساهہ ٿي ڪونہ آهي تہ اها ذات ۽ ڏانءُ قدرت جي خاص سوکڙي آهي. انهيءَ ذات ۽ ڏانءُ جا اسان سڀ مالڪ آهيون، پر شرط اهو آهي تہ انهيءَ لاءِ اسان کي جاکوڙ ڪرڻي پوندي. اها ذات سوچڻ ويچارڻ جي هير Habit کان سواءِ ٻي ڪجهہ بہ ڪانہ آهي.

اسان سوچڻ ويچارڻ جا هيراڪ ڪهڙي طريقي سان ٿجي سگهنداسون. ڪي شيون مان مٿي اڳئي لکي آيو آهيان تن کي هتي ورجائڻ نهايت ضروري آهي. اتساهہ، اڌما Enthusiasm، هورا ڪورا Curiosity ۽ دلچسپي Interest هير Habit جو حصو هونديون آهن. هڪ ڪهاڻيڪار شهر جون گهٽيون ۽ بازارون گهمي جڏهن موٽندو آهي تہ هن وٽ ڪهاڻين جا اڄرج جهڙا ڪيترائي پلاٽ Plot هوندا آهن. اهڙن خيالن لاءِ سندس دلچسپي ۽ هورا ڪورا تکيءَ تاڙ ۾ لڳل هوندا آهن. نون خيالن لاءِ سندس اکيون پٽيل ۽ ڪن اڀڙا هوندا آهن.

ڪجهہ وقت اڳ مان ٽيليويزن تي هڪ ڪئز Quiz پروگرام ڏسي رهيو هوس. جيڪو هاڻي ڪونہ ٿو ڏيکاريو وڃي. مون ڏٺو تہ هڪ ماڻهوءَ ان ڪئز پروگرام وسيلي ايترا گهڻا ڏوڪڙ ڪمايا جو اعتبار ئي ڪونہ ٿي آيو.

منهنجا ان وقت ڪيسا خالي هئا ۽ پنهنجي راءِ جو اظهار ڪندي گهرواريءَ کي چيو هيم تہ ٿوري وقت اندر هن ملڪ جا ڌن دولت جا حقيقي مالڪ اهي ماڻهو هوندا، جيڪي ڪئز پروگرام ۾ شريڪ ٿيندا ۽ کٽي ويندا ۽ کٽڻ وارا ماڻهو، هارائڻ وارن تي چٽر واري نهار سان ڏسندا ۽ انهن ماڻهن تي پڻ ٺٺوليون ڪندا جيڪي هن پروگرام ۾ شريڪ ڪونہ ٿيندا آهن. (ڪانگريس ڪاميٽيءَ جي جاچ پرتال کان پوءِ اهڙا خيال گهٽو تبديل ٿي چڪا آهن).

هن قسم جي شروعاتي نڪتي کان پوءِ ٿورو گهٽو سوچي ويچاري مون "دي پوئرس" The poors جي عنوان سان هڪ ڪهاڻي لکي. جنهن جو مفهوم هو تہ حقيقي غريب اهي ماڻهو آهن، جيڪي کٽي ڪونہ سگهندا آهن. اها ڪهاڻي هٿو هٿ کپي وئي.

مان هيءَ ڳالهہ اوهان سان انهيءَ لاءِ ڪري رهيو آهيان تہ هڪ مشاهدي تي سوچي ويچاري ۽ ان کي ٿورو وڌائي ڪهاڻي جو هڪ دلچسپ پلاٽ ٺاهي

سگهجي ٿو.

تخليقي سوچ فڪر ۾ وڌاءُ Exaggoration نهايت ضرور هوندو آهي. ”دي پوئرس“ ڪهاڻي لکڻ وقت مون وڌاءُ يا مبالغهي آرائي کان ڪم ورتو هو. هن قسم جو تصور ايجاد ۾ ٻين تخليقي خيالن لاءِ گهڻو ڪم ايندو آهي. ٻاڦ تي هلندڙ انجڻ چانهه جي ڪتليءَ جي وڌايل صورت آهي.

هاڻي مان اوهان کي تخليقي طاقت وڌائڻ بابت ڪن اهم خيالن کان واقف ڪري رهيو آهيان. پهرين ڳالهه ته اهو سوچڻ هڪدم بند ڪري ڇڏيو ته، ”هن دنيا ۾ ڪابه نئين شيءِ ڪانه آهي.“ اهو خيال ڪرڻ به بند ڪري ڇڏيو ته دنيا جون سڀ شيون ايجاد ٿي چڪيون آهن ۽ ڪابه ايجاد رهيل ڪانه آهي ۽ سڀني خيالن بابت کوجنائون ٿي چڪيون آهن ۽ هاڻي رستو بند آهي.

اوهان کي معلوم هئڻ گهرجي ته ائين هرگز نه آهي. جيتوڻيڪ اڳ مٿي لکي آيو آهيان ته موجوده دور واري زندگيءَ ۾ گهڻي سوچڻ ويچارڻ جي مشق ايڏي ضرورت ڪانه رهي آهي. اها هڪ حقيقت به آهي. ان جي برخلاف سوچڻ ويچارڻ ئي هڪ اهڙو طريقو آهي، جنهن وسيلي اڳتي وڌي سگهجي ٿو.

وڏيءَ سوڀ ماڻڻ وارا ماڻهو اهي آهن، جيڪي نوان خيال تخليق ڪندا آهن. اوهان هاڻي چڱيءَ ريت سمجهي چڪا هوندا ته منهنجو اشارو فقط ڪهاڻي لکڻ ۽ شين کي ايجاد ڪرڻ ڏانهن ڪونه آهي. بلڪ مان ته ان بابت ڳالهائي رهيو آهيان ته جيڪو ڪجهه توهان هاڻي ڪري رهيا آهيو، تنهن ۾ توهان پنهنجو غور ۽ فڪر ڪتب آڻيو.

وڏيون ننڍيون ڪمپنيون پنهنجن ملازمن کي اتساهينديون آهن ته اهي صلاح مشورا مقرر صندوق ۾ وجهن ۽ پنهنجي تخليقي طاقت کي وڌائن. ائين ڪرڻ لاءِ کين انعامن ۽ بونس وسيلي اڀاريو ويندو آهي. اهڙيون ڪمپنيون سمجهنديون آهن ته سندن بهتر صلاح مشورا يا نوان خيال سندن صنعت جي ترقيءَ ۽ تيار ٿيندڙ شين جي سڌاري ۽ واڌاري لاءِ نهايت ضروري آهن.

مون کي يقين آهي ته توهان هن مشهور ڳالهه کان ضرور واقف هوندا ته هڪ ماڻهوءَ کي فقط ٻن لفظن چوڻ لاءِ رقم ادا ڪئي ويندي هئي، جيڪو ان وقت ڪوڪا ڪولا شربت ٺاهيندڙ ڪمپنيءَ جي ملازمن وٽ وڃي چوندو هو، جيڪي ان وقت ڪوڪا ڪولا شربت ٺاهڻ ۾ مصروف هوندا هئا ۽ کين چوندو هو ته ”ان کي بوتلن ۾ بند ڪيو“ ۽ ملازم ائين ڪندا هئا ۽ پوءِ اها

هڪ تاريخ ٻڌجي وئي.

اوهان کي معلوم آهي ته جيڪڏهن اوهان پنهنجا صلاح مشورا ڪمپنين جي ملازمن جيان ڪنهن صندوق ۾ وجهندا ته اوهان کي نه انعام ملندو ۽ نه وري ڪير اوهان کي بونس ڏيندو. پر انهن کان سواءِ به اوهان لاءِ هڪ ترتيب موجود آهي يعني وڏيڪ پئسو ڏوڪڙ، ڪم ڪرڻ جون بهتر سهوليتون. اها مها چاڻ جيڪا توهان ڪم ڪرڻ لاءِ تخليق ڪئي آهي ۽ عملي طور ان مطابق ڪم ڪرڻ جو احساس، ڇا اها ترتيب گهٽ آهي؟

تصور Imagination مختلف فائيلن کي ترتيب سان رکڻ وارو تخليقي عمل هوندو آهي. جنهن وسيلي عام طور تي بهتر بوڪ ڪيپنگ Book Keeping ۾ ڪم ڪرڻ جون سهوليتون ملي وينديون آهن. اهڙيون ڳالهيون هر ڏنڌي لاءِ لاڀائتيون ۽ زندگيءَ جي هر شعبي ۾ ڏاڍيون ڪمائتيون ثابت ٿينديون آهن.

اوهان جي تخليقي طاقت کي مضبوط ڪيئن ڪجي

هاڻي مان اوهان کي تخليقي اهليت جي مشق بابت صلاح مشورو ڏئي رهيو آهيان. هتي مان هن ڳالهه بابت بحث ڪري رهيو آهيان ته تخليقي سوچ ويچار ڪن ٻين مامرن سان ڳنڍيل آهي، هڪ شيءِ جو ٻيءَ سان لاڳاپو، هڪ خيال جو ٻئي خيال سان تعلق اهڙيءَ ريت نون خيالن جي تخليق جي بنيادي شروعات گڏيل مختلف شين سان ٿيندي آهي. اها هڪ بهترين مشق آهي.

هڪ شيءِ کي ٻيءَ سان ملائڻ لاءِ اهڙين شين جي چونڊ ڪئي ويندي آهي. جن جو اُچار هڪ جهڙو، معنيٰ هڪ جهڙي هوندي آهي. پر اهي هڪ ٻئي جي مخالف هونديون آهن، جن کي هڪ ٻئي لاڳاپي وسيلي ذهن ۾ رکيو ويندو آهي.

مثال طور پينسل کي بلب ٻارڻ جي مفهوم سان ڳنڍڻ، ان جو طريقو هي آهي جنهن کي ضرور ياد رکڻ گهرجي، Pencil- Lead- Heavy- Light- Blub اوهان سمجهيو؟ پينسل مان منطقي طور اوهان جو ڌيان سيهي جو آهي ۽ سيهو ڪاٺ مان ملندو آهي، جيڪو تمام گهڻو ڳورو آهي. Light جو لفظ Heavy مخالف آهي ۽ Light، روشني بلب ڏانهن اشارو ڪري ٿي. اسٽئمپ Stamp جي لفظ کي مچيءَ سان هن ريت ملائي سگهجي ٿو Stamp- Lick- Lack- Lake- Fish- Smoke- Ciggerette هيري Diamond کي ڪنهن سگريٽ سان ملائڻ Diamond- Ring- Smoke ring- Band- Dance ڪتاب کي ناچ

Book- Road- Reed- Musical instru- سان ملائڻ: Dance

توکي محسوس ٿيندو تہ توهان پاڻ بہ اهڙيون ترتيبون ملائي سگهو ٿا، جيکي هڪ ٻئي جي مخالف هونديون آهن. پر ان لاءِ ٿوري سوچ ويچار جي ضرورت هوندي آهي. اوهان پنهنجي دوستن جي چوياري جوڙي هن قسم جي راند بہ کيڏي سگهو ٿا. جلدئي اوهان کي معلوم ٿي ويندو تہ اها وندر سان گڏ ذهني مشق بہ آهي. پر هجڻ ائين گهرجي تہ اهڙو لاڳاپو نهايت مختصر لفظن ۾ بيان ٿيل هجي.

مثال طور اوهان موٽر ڪار ۽ ڪتي کي هن ريت ملائي سگهو ٿا:

Car- Wheel- Circle- Round- Square- Box- Boxer- Dog- Car- Ride- Walk- Dog.

اهڙيءَ ريت اوهان:

Thread to paper.

Book to read.

Suitcase to playing cars.

Ashtray to Television

Chair to Gun

Lamp post to Bus.

سان ملائي سگهو ٿا.

انهيءَ ناتي اوهان کي ٿورو سوچڻو ويچارڻو ۽ ذهن کي ڪم آڻڻو پوندو، پر اهو هڪ خيال آهي. مان مٿي ذڪر ڪري آيو آهيان تہ نوان خيال يا نئين سوچ بنيادي طور ڪنهن نہ ڪنهن شيءِ سان ضرور لاڳاپيل هوندي آهي. جيڪڏهن مٿي ڏنل سولا مثال سمجهي ويا هوندا تہ توهان هن خيال کي بہ ضرور سمجهي چڪا هوندا!

اوهان پاڻ کان سوال پڇي، مختلف شين کي هڪ ٻئي سان ملائي يا ڪنهن شيءِ ۾ مبالغہ آرائي ڪري پنهنجي تخليقي اهليت اياري سگهو ٿا. جڏهن مان "دي پوئرس" جي عنوان سان ڪهاڻي لکي هئي تہ ٽيليويزن تي مون ڪئڻ پروگرام ۾ ڪتندڙ ماڻهن کي ڏٺو هو ۽ مون کي پنهنجي ڪهاڻي جو هڪ بهتر پلاٽ ملي ويو هو. پوءِ مان اصلي خيال ۾ مبالغہ آرائي ڪري هڪ ڪهاڻي لکي ورتي.

مون ڪجهہ عرصو اڳ هڪ طريقو سکي ورتو هو، جنهن وسيلي تاس پتن کي سجاڻي وٺندو هوس. هن طريقي کي استعمال ڪرڻ کان پوءِ مون کي

خيال آيو تہ چو نہ هن طريقي جي مدد سان نالن، ماڻهن جي مهاندڻن، تقريرن، شماري انگن ۽ پنهنجي مصروفيتن کي ياد ڪجي.

انهن ۾ ڪي لڳ لاڳاپا موجود هئا. تاس جي پتن کي ياد ڪرڻ واري طريقي وسيلي ڪا بہ شيءِ بہ ياد ڪري سگهجي ٿي. اهو تاس جي پتن تي سڃاڻڻ واري طريقي کي وڌائڻ جو سوال هو. اهو ڪم اهڙو سولو ڪونہ هو، جهڙو نظر اچي رهيو هو. هن لاءِ مون کي گهڻو سوچڻو ويچارڻو ۽ ڪم ڪرڻو پئجي ويو هو. پر نيٺ وڃي ڪامياب ٿيس.

تخليقي سرگرمي تخليقي اهليت کي وڌائيندي آهي

جيڪڏهن ڪنهن خاص شيءِ کي هتي متعين شيءِ لاءِ سوال ڪندا جهڙوڪ: هي وڏو هجي ها تہ عملي طور وڌيڪ مفيد ثابت ٿئي ها؟ وڌيڪ ننڍو؟ وڌيڪ گول؟ شايد ابتو؟ يعني ان کان پوءِ اوهان جي ذهن ۾ اهڙا ڪيترا سوال اڀرندا، جن بابت اوهان ڪڏهن سوچيو ويچاريو بہ ڪونہ هوندو.

پنهنجو پاڻ کان سوال ڪرڻ ۽ جواب لاءِ ڪوشش ڪرڻ سان اوهان جو تخليقي خيال ڪم ڪرڻ شروع ڪندو. ڪي سوال بيوقوفيءَ جهڙا بہ هوندا آهن، انهيءَ ڪري شرمائڻ جي ضرورت ڪانہ آهي ۽ نہ وري اهو ڪو مسئلو آهي. ڪڏهن ڪڏهن پاڻ کان يا ٻين کان بيوقوفي جهڙا سوال ڪرڻ مان تمام بهترين خيال ملي ويندا آهن. ”جيڪو ماڻهو ٻين کان سوال پڇندو آهي، سو فقط پنجن منٽن لاءِ بيوقوف هوندو آهي ۽ جيڪو ماڻهو ڪنهن کان بہ سوال نہ پڇندو آهي سو ساري ڄمار بيوقوف رهندو آهي.“

ٺيڪ آهي اوهان جا ڪي جواب نامناسب ۽ غير عملي هوندا آهن ۽ ڪڏهن جواب ملندا بہ ڪونہ آهن. پر توهان پاڻ کان سوال نہ پڇڻ واري گندي ڳالهہ کان تہ پوءِ بہ بهتر آهيو. مقدار Quantity ڪڏهن نہ ڪڏهن اعليٰ معيار واري خوبي پيدا ڪري وجهندو آهي.

پر هيءَ ڳالهہ ضرور ياد رکو تہ ڪڏهن بہ مايوس نہ ٿيو. گهڻا ماڻهو اهڙا بہ آهن جن جي اعليٰ ڪارڪردگي ڪري توهان ساڻن ريس ڪندا آهيو ۽ دل ۾ چوندا آهيو تہ مان بہ جيڪر ائين هجان ها! هنن وٽان ڪيترن ماڻهن کي اتساهہ بہ ملندو آهي. جيڪڏهن انهن کان پڇندؤ تہ توهان کي ٻڌائيندا تہ هنن اهو اعليٰ مرتبو اورچائي سان، پورهيو ڪرڻ ڪري ماڻيو آهي. ڪو وقت اهڙو بہ هوندو جو سندن محنت ۽ مشقت ڏانهن ڪير اک کڻي نهاريندو بہ ڪونہ هوندو! پر پوءِ بہ هو صبر ۽ تحمل سان لڳاتار ڪم ڪندا رهيا.

هنن جنهن بہ ڪم جي شروعات ڪئي تہ ڏڪن ڏاڪڙن هوندي بہ نهايت ثابت قدمي سان توڙ پڄائي پوءِ ساهہ پٽيو. ڪاميابيءَ لاءِ اهڙي خاصيت نهايت اهم هوندي آهي. حقيقت بہ اها آهي تہ اهو هڪ سونهري اصول آهي، جنهن تي هلڻو پوندو. جڏهن بہ توهان ڪنهن تخليقي ڪم جي شروعات ڪريو تہ ان کي ڪيئن بہ ڪري پورو ڪريو.

جيڪڏهن اوهان هن ڪم ۾ ڪامياب نہ بہ ٿيندا تہ ڪنهن ڳڻتيءَ جي ڳالهہ ڪانہ آهي. ان کي بہ نتيجي تي پهچڻ جو طريقو سمجهڻ گهرجي جيڪڏهن اوهان ڪا ڪهاڻي لکڻ چاهيو ٿا تہ همت ڪري ان کي بہ پورو ڪرڻ کپيءِ جيڪڏهن اوهان وٽ پنهنجي آفيس لاءِ رٿابندي آهي تہ ان کي بہ ڪنهن ڪاغذ تي لکڻ گهرجي.

ڪيترا ڀيرا ائين بہ ٿيندو آهي جو اوهان جي تخليقي شيءِ اوهان جي نظر ۾ بيڪار رهندي آهي. پر اڳتي هلي مفيد ثابت ٿيندي آهي. اهم ڳالهہ اها هوندي آهي تہ جنهن ڪم ۾ توهان هٿ وڌو آهي، تنهن کي توهان مڙسيءَ سان منهن ڏئي توڙ پهچايو آهي. ائين سمجهو تہ اوهان جون ناڪاميون مستقبل جي سوڀ لاءِ ڏاڪڻ جو ڪم ڏينديون آهن.

تنهن ڪري اوهان ڪڏهن بہ خيال يا تصور ڪرڻ کان نہ ڊڄو. اوهان ذهن کي جيترو گهڻو ڪتب آڻيندا، ايترو وڌيڪ بهتر آهي. ڪوبہ ماڻهو پنهنجي ڏنڌي ۾ تيستائين ماهر ڪونہ ٿيندو آهي، جيستائين هو آزمائش جي آويءَ جي پچڻ مان پار نہ ٿيندو آهي ۽ ڪيس پنهنجي سوڀ ماڻڻ لاءِ ڪجهہ نہ ڪجهہ ڏک ڏاڪڙا ضرور ڏسڻا پوندا آهن. جيتري اوهان جي تخليقي سرگرمي زياده هوندي ايترو اوهان تخليقي طور وڌيڪ اهل ثابت ٿيندا.

مون اهو بہ ڏٺو آهي تہ گهڻا ماڻهو نون خيالن سوچن کان ڏاڍو ڇرڪندا آهن. جيڪڏهن نئين طريقي سان سوچيندا ويچاريندا آهن تہ بہ ڪين اهڙي اظهار لاءِ پاڻ تي اعتماد ڪونہ هوندو آهي. اها هڪ عام ڳالهہ آهي. توهان کي اهڙو ڪو فڪر ڪرڻ نہ گهرجي تہ ٻيا اوهان لاءِ ڇا سوچي رهيا آهن. پر اوهان پنهنجي سوچ فڪر مطابق اڳتي وڌندا رهو.

تخليقي سلسلي کي وڌيڪ اتساهہ ڏيڻ لاءِ اوهان کي نوان اصطلاح ناهڻ گهرجن. جهڙوڪ ”سوچ فڪر جهڙو بي آواز“ يا ايتري مختصر جيتري عورت جي انگي Bikini وغيره.

اهڙيون ڳالهيون توهان کي مزيدار لڳنديون. توهان جي تخليقي فڪر کي اتساهہ ڏينديون ۽ ڪم ۾ مدد ڪنديون.

جيڪڏهن اوهان جي ڏنڌي ۾ موڙيءَ ۾ ٻاڙائي اچي ٿي وڃي ته ڪاوڙ جو اظهار نه ڪريو ۽ نه پريشان ٿيو. اوهان پنهنجي ذهن کي ڪپڙي جي اهڙي دڪاندار جيان ڪم آڻيو جيڪو ڪپڙي جي ٻين دڪاندارن وچ ۾ نهايت ڪاميابيءَ سان هَٽُ هلائيندو آهي. هن جي هڪ پاسي واري دڪان مٿان لڳل سائين بورڊ لکيل هوندو "Closing out Sale" يعنيٰ نهايت سستو مال. سندس ٻئي پاسي واري دڪان تي سائين بورڊ تي لکيل هو "Big Fire Sale" اهڙن سائين بورڊن جي وچ تي هن کي پنهنجي دڪان جي سائين بورڊ تي لکڻ گهرجي "Main Entrance". "مُکيہ لنگهہُ."

توهان کي هن ڳالهہ تي به ڌيان ڌرڻ کپي ته اوهان کي فقط تخيل يا ذهني تحقيقي سوچ تائين محدود رهڻ گهرجي.

باب ستون

توهان هر ڪم ڪرڻ لاءِ وقت ڪڍي سگھو ٿا

توهان کي پنهنجي حياتيءَ سان پيار آهي؟ ته پوءِ وقت اجايو نه وڃايو. ڇاڪاڻ ته حياتي انهيءَ املھ وٿ مان جڙي آهي.
(بنجامين فرئنڪلن)

اسان وٽ فقط هڪ اهڙي ڳالهه موجود آهي ته اسان سڀ هڪ جهڙا ڄاوا آهيون. ڪنهن به ماڻهوءَ وٽ توهان کان وڌيڪ يا گهٽ وقت ڪونه آهي. ڪنهن ماڻهو کي ورثي وقت ڪونه ملندو آهي. نه وري ڪنهن وٽ ايترو وقت آهي. جو ڪنهن بئنڪ ۾ رکي وياج ڪمائي سگهي.
هر ڪلاڪ ۾ فقط سٺ منٽ هوندا آهن. وقت تي اهڙو ڪوبه اثر ڪونه پوي ته ڪو ماڻهو ان کي ڪهڙي طريقي سان خرچ ڪري رهيو آهي، اها به سڀ ڪنهن کي خبر آهي ته ڪهڙا به سچا ۽ سٺا ماڻهو توهان کي هڪ سج اڀرئي کان وٺي ٻئي سج اڀرئي تائين چوويهن ڪلاڪن کان وڌيڪ وقت ڏياري ڪونه سگهندا.
منهنجي ڄاڻ مطابق وقت بچائي سگهجي ٿو، يعنيٰ جيڪڏهن اوهان ان کي سرت سچيتائي سان استعمال ڪندا ته وقت جي بچت ممڪن آهي. هن جي معنيٰ آهي ته اوهان وقت جي صحيح طريقي سان "سيڙهپ" ڪريو. اوهان پنهنجي ذهني ۽ جسماني بهتري لاءِ وقت جي سيڙهپ ڪريو. ائين ڪرڻ سان اوهان ۾ دانائي اچي ويندي. پنهنجا فرض سهٽي نموني سرانجام ڪري سگهندا ۽ خوشين جو مزو به چڱيءَ ريت ماڻي سگهندا. اهڙي سيڙهپ اوهان کي پنهنجي مرضيءَ مطابق ڪرڻ کپي.
مون هر ماڻهوءَ کي سدائين شڪايت ڪندي ٻڌو آهي ته، "مون کي ته ڪو وقت ئي ڪونه آهي." پر جيڪڏهن توهان کي ڄاڻ آهي ته وقت ڪهڙي طريقي سان ڪتب آڻجي ته سمجهو ته اوهان کي وقت آهي. جيڪڏهن اسان وقت کي صحيح طريقي سان خرچ ڪنداسون ته اسان کي ته سدائين ڪافي

وقت هوندو آهي.

اها بہ هڪ حقيقت آهي تہ وڏ ڪان وڏ مصروف ماڻهو وٽ بہ وقت هوندو آهي. هڪ پراڻي چوڻي آهي تہ، "جيڪڏهن اوهان چاهيو ٿا تہ ڪو ڪم جلديءَ پر مڪمل ٿئي تہ اهو ڪم هڪ نهايت مصروف ماڻهوءَ جي حوالي ڪريو، جنهن کي ائين ڪرڻ لاءِ "ضرور وقت ملي ويندو."

منهنجو اندازو آهي تہ هن جو ڪارڻ اهو آهي تہ نهايت مصروف ماڻهو ڪنهن ننڍي وڏي ڪم کي هرويرو اينگهائڻ ڪونہ چاهيندو. جيڪڏهن اوهان هڪ وقت هڪ شيءِ ڪرڻ جا عادي آهيو تہ سيني ننڍن وڏن ڪمن تي هڪجهڙي نظر رکندا. مشغول ماڻهوءَ کي هيءَ ڳالهہ سکڻي پوندي آهي تہ ڪم منظم طريقي سان ڪيئن ڪجي ۽ وقت کي ڪهڙي نموني بچائجي. هن لاءِ وقت وڏي وٽ هوندو آهي. هيءَ هڪ اهڙي شيءِ آهي جنهن کي هرويرو زيان نہ ٿو ڪري سگهجي.

مان سمجهان ٿو تہ هاڻي هرڪو مون سان هن ڳالهہ تي ضرور اتفاق ڪندو تہ وقت جي صحيح استعمال لاءِ تنظيم Organization نهايت لازمي آهي. جيڪي ماڻهو چون ٿا تہ وٽن وقت ڪونہ آهي تہ سمجهڻ کپي تہ اهي تنظيم ڪاريءَ ۾ ڪَتل آهن.

جيڪڏهن اوهان پنهنجي ٻڏتر Indecision واري سياءَ تي غالب ٿيندئو تہ سمجهو تہ اوهان جڻ وقت کي شڪست ڏئي ڇڏي.

پهرين ڳالهہ جنهن بابت اسان کي بہ پيرا سوچڻو آهي سا آهي نٽ نٽاءُ يا گوٽنات Procrastination آهي، گوٽنات ڪرڻ يا ڪنهن ڪم کان نٽائڻ، يا ٻڏترَ غير مستقل مزاجيءَ جي پيڻ آهي. مان سمجهان ٿو تہ انهيءَ ٻڏترَ واري سياءَ ڪري گهڻو وقت هرويرو ضايع ٿي ويندو آهي. غيرمستقل مزاج طبيعت ڪري ڪيترا سونهري موقعا هٿن مان نڪري ويندا آهن. "ڪيان يا نہ ڪيان" واري سوچ تي ڪيترن ڪمن ڪرڻ کان بہ گهڻو وقت کپي ويندو آهي.

مان سمجهان ٿو تہ اوهان کي هڪ هاريءَ جي ڳالهہ جي خبر هوندي جنهن پنهنجي ٻنيءَ مان پٽاٽن جي ننڍي وڏي جنس کي ڏار ڏار ڪيڻ لاءِ هڪ پورهيت کي ڪم سان لڳايو ۽ ڪيس چيو هئائين تہ وڏا پٽاٽا چونڊي هڪ جاءِ تي گڏ ڪر. اهڙيءَ ريت وچولن ۽ ننڍن پٽاٽن جون پڻ جدا جدا ڪوڙيون ڪر. ٿورو وقت ڪم ڪرڻ کان پوءِ ان پورهيت ان ڪم کي ڇڏي

دماغي طاقت جا راز

ڏيڻ جو فيصلو ڪيو. ڪيس محسوس ٿيو تہ ٿوري ئي وقت اندر هو ڏهرو ٿي ويو آهي ۽ ايڏو هَجي ۽ هُڦجي پيو آهي جو هن جڻ سارو وقت هن ڪي اونهيون ڪڏون ڪوٽيون هجن. هاري ڪانئس پڇيو تہ هي ڪم ايڏو ڏکيو آهي ڇا؟ تنهن تي پورهيت وراڻيو تہ، "نہ، پر مون کي پنهنجن فيصلن ماري وڌو آهي."

مان اوهان کي يقين ڏياريان ٿو تہ توهان بہ وقت تي فيصلا نہ ڪري غلطيون ڪندا آهيو. مون کي پڪ آهي تہ گهڻي گسر انهي ڪري ڪئي ويندي جو اوهان ڪنهن فيصلي ڪرڻ کان ڊڄندا آهيو. اوهان بہ واٽي تي بيٺا آهيو ۽ سوچي رهيا آهيو تہ هنن ٻن مان وڌيڪ بهتر رستو ڪهڙو آهي؟ اوهان سوچڻ ۾ وقت وڃائي رهيا آهيو ۽ ڪوبہ فيصلو ڪري ڪونہ ٿا سگهو.

توهان کي ٻنهي مان هڪ رستو ولٽو آهي ۽ بنا ڪنهن دير جي ائين ڪرڻو آهي. ڪنهن بہ طرز تي پهرين وک وڌائي هلڻ جي شروعات ڪريو. جڏهن هڪ ڀيرو توهان هڪ وک وڌائي ۽ چرپر شروع ڪئي ۽ پير پير ۾ پائي پنڌ ڪرڻ شروع ڪيو تہ ٿوري وقت کان پوءِ ڏسندا تہ اوهان ڪجهہ نہ ڪجهہ ڪري چڪا آهيو. اوهان کي هيءَ ڳالهہ ضرور ياد رکڻ گهرجي تہ جيترو گهڻو وقت فيصلي ڪرڻ ۾ لڳائيندا اوترو گهڻوسمجهيو ويندو تہ توهان جڻ اجاين وسوسن جو شڪار آهيو ۽ ڪوبہ فيصلو ڪريٰ ڪونہ ٿا سگهو. اوهان ڪِسرائي ڪري هڪ سونهري موقعو وڃائي رهيا آهيو. جيڪڏهن توهان جو فيصلو غلط آهي تہ ڪوبہ ڀؤ ڀولو نہ ڪريو. ان جي اصلاح بہ تہ ڪري سگهجي ٿي.

جيڪڏهن توهان جي چونڊ غلط آهي تہ ان جي بہ توهان کي خبر پئجي ويندي. انهي ئي طريقي سان پنهنجي چونڊ جي باقي رهيل حصي جي بہ اصلاح ڪري سگهندئو. اهڙيءَ ريت توهان کي وڌيڪ فيصلي ڪرڻ جي ضرورت ئي محسوس ڪانہ ٿيندي.

مان هيءَ ڳالهہ بہ قبول ڪريان ٿو تہ مان بہ پنهنجو قيمتي وقت ڪن اجاين شين بابت فيصلي ڪرڻ ۾ وڃائي ڇڏيو. پر ڪن اهم ڪمن بابت فيصلي ڪرڻ کان اڳ ڏهہ ڀيرا سوچيو ويچاريو ويندو آهي.

ڏنو وڃي تہ اسان پنهنجو گهڻو وقت ڪن تڇ سمان ڪمن جهڙوڪ: مان ٽيڪسي ڀاڙي ڪريان يا پنڌ وڃان هوائي جهاز رستي سفر ڪريان يا ريل گاڏيءَ وسيلي؟ هيءَ شيءَ خريد ڪريان يا هوءَ، جنهن جي قيمت بہ ڊالر وڌيڪ آهي؟ ايئرپورٽ کان بس وسيلي منزل تي پهچان يا وڏي موٽرڪار

Limousire ذريعي؟

پر مان هڪ اٽڪل ڪري ڪيترو وقت بچائڻ ۾ سوڀارو ٿيو آهيان. ڏسندو آهيان تہ جن شين ۾ پئسو خرچ نہ ٿيندو آهي تہ مان اهڙي شيءِ جي چونڊ ڪندو آهيان. جيڪا وڏيڪ سولي ۽ سهنجي هوندي آهي. ائين ڪرڻ ڏکيو بہ ڪونہ هوندو آهي. اهڙي شيءِ جي چونڊ ڪريو، جنهن ۾ اوهان کي گهٽ محنت ڪرڻي پوي، ان کان پوءِ اهڙي ڳالهہ کي وساري ڇڏيو.

جيڪڏهن اوهان جو پئسو خرچ ٿي رهيو آهي ۽ خرچ وڏو آهي تہ توهان ضرور انهيءَ تي سوچيندا ويچاريندا. جيڪڏهن اهو خرچ ايڏو ڪونہ آهي ۽ اوهان ان يا ان کان گهٽ خرچ بابت فيصلي ڪرڻ وارا آهيو تہ فيصلو اهڙو ڪريو جيڪو اوهان لاءِ سولو هجي.

اها سوچ توهان جي مالي حيثيت مطابق هئڻ گهرجي. مثال طور جيڪڏهن اوهان جي مالي حيثيت پنج ڊالر خرچ جيتري آهي تہ توهان ان لاءِ هڪدم ۽ قطعي فيصلو ڪري وٺو تہ اوهان بنا ڪنهن سوچ ويچار جي ايتري رقم خرچ ڪري سگهو ٿا.

پر جيڪڏهن اوهان اهڙو فيصلو ڪري نہ ٿا سگهو تہ توهان يارهن ڊالرن واري شيءِ وٺو يا چوڏهن ڊالرن واري تہ اهڙي صورتحال ۾ بنا وقت وڃائڻ جو ترت فيصلو ڪري وٺو تہ بهتر شيءِ خريد ڪرڻي آهي. اهڙو فرق پنجن ڊالرن جي اندر آهي.

جيڪڏهن بس ۽ ليموزن ڪار جي سفر ۾ پنجن يا گهٽ ڊالرن جو فرق آهي تہ ليموزن ڪار ۾ سفر ڪرڻ بهتر آهي، توهان هن ڳالهہ کي سمجهي ورتو الائي نہ. جيڪڏهن اوهان اهو فيصلو هڪدم ڪري ورتو تہ اها رقم ايڏي وڏي ڪانہ آهي تہ پوءِ اهڙي فيصلي لاءِ ڊگهو وقت ڇو وٺجي. توهان کي پنهنجو وقت اهم ڪمن تي خرچ ڪرڻ گهرجي.

توهان کي ان ماڻهو جيان هئڻ نہ گهرجي جنهن کان پڇيو ويو هو تہ، "تو ۾ فيصلي ڪرڻ جي قوت آهي؟ تنهن تي هن ورائيو، "هائو ۽ نہ."

گهڻا ماڻهو اهڙن ڪمن يا فيصلن ۾ گسرائيندا آهن ۽ ڪين جهڙن منصوبن تي تمام گهڻو وقت لڳائي ڇڏيندا آهن. اسان کي اهڙين شين تي وقت سيڙائڻ کپي جيڪي نهايت اهم مناسب هئڻ کپن. اها ڳالهہ جانورن کي سکيا ڏيندڙ اهڙي ماڻهوءَ جي ڳالهہ جيان آهي، جنهن کي ڏيان ۾ هيءَ ڳالهہ وينل آهي تہ ڪنهن ماڻهو اٺ کي پوئين پير پنڌ ڪندي ڪونہ ڏٺو آهي. اٺ فقط اڳتي پنڌ ڪري سگهندا آهن ۽ پوئين پير پنڌ ڪرڻ هن جانور لاءِ

مشڪل هوندو آهي.

هن ماڻهوءَ فيصلو ڪيو ته اهو ناممڪن ڪم ممڪن ڪري ڏيکاريندو ۽ اٺ کي پوئتي پنڌ سيڪارڻ ۾ ضرور سوڀارو ٿيندو. هو ڪيترن سالن تائين اورچ ٿي اٺ کي پوئتي هلڻ سيڪاريندو رهيو ۽ نيٺ هڪ ڏينهن ڪامياب ٿي ويو.

ان جو پيو ڏيک هڪ سرڪس ۾ موجود ڏسجي ٿو. تمام گهڻي اشتهار بازي ڪان پوءِ هزارين ماڻهو اچي مڙيا آهن ۽ سرڪس ۾ اهڙو ڪرتب ڏيکاريو ويندو، جيڪو ماڻهن ڪڏهن اڳي ڏٺو ئي ڪونه آهي. جيڪڏهن ماڻهو ڏسندا ته اچرج ڪان سندن واڇون ڳوڏو ٿي ويندي يون.

سرڪس اندر هڪ گول دائرو موجود آهي ۽ اٺ سوار پنهنجي اٺ کي پوئين پير پنڌ ڪرائڻ جو ڪامياب مظاهرو ڪري رهيو آهي. سرڪس اندر موجود هزارين ماڻهو واٽرا ٿي هڪ ٻئي ڏانهن گهوري رهيا آهن ته هي وري ڪهڙي ڪمال جو ڪرتب آهي. اٺ سوار ڪان سواءِ ٻيا سڀ ماڻهو بيزار لڳا ويٺا آهن.

هي اهڙي منصوبي تي وقت وڃائڻ جو مثال آهي، جيڪو ٻين ماڻهن جي نظرن ۾ ڪابه اهميت ڪانه ٿو رکي. هيءَ هڪ انفرادي شيءِ آهي اهو توهان کي فيصلو ڪرڻو آهي ته توهان پنهنجو وقت ڪهڙي ڪم لاءِ خرچ ڪري رهيا آهيو. ڪو ٻيو ماڻهو اوهان جي لاءِ اهڙو فيصلو ڪري ڪونه سگهندو.

جيڪڏهن توهان ڪو اهڙو ڪم ڪري رهيا آهيو، جنهن مان فقط اوهان کي خوشي ٿي رهي آهي ۽ ٻئي ڪنهن ماڻهوءَ جي ان ڪم ۾ دلچسپي ڪانه آهي ته اهڙي ڪم لاءِ توهان کي جاکوڙڻ نه گهرجي. مان سمجهان ٿو ته اهڙي ڪم ڪرڻ ڪان ڪجهه نه ڪرڻ بهتر آهي. جيڪڏهن اوهان وقت کي صحيح طريقي سان استعمال نه ڪندا ته اهو ڦري اوهان جو ويري ٿي پوندو.

توهان وقت کي صحيح نموني سان ڪتب آڻيندا ته فتح اوهان جا قدم چمندي. پراڻي شاعري جا لفظ آهن ته خواهشون ئي سڀ ڪجهه آهن. پر اوهان کي اهڙيءَ ڳالهه تي اعتبار ڪرڻ نه گهرجي، اليگزينڊر وولڪاٽ Alexander Woolcatt ڪيڏي نه سٺي ڳالهه چئي آهي، "ته اسان مان گهڻا ماڻهو پنهنجي حياتيءَ جو اڌ وقت ڪن شين حاصل ڪرڻ جي سڌن (خواهشن) ۾ وڃائي ڇڏيندا آهن. جيڪڏهن اهي ماڻهو پنهنجو وقت فقط سڌن ڪرڻ ۾ نه وڃائن ها ته گهربل شيون حاصل ڪرڻ ۾ ضرور سوڀارا ٿين ها."

جيڪڏهن اوهان جي دل ۾ ڪو مقصد آهي تہ ان لاءِ اوهان کي ڪجهہ نہ ڪجهہ ڪرڻ تہ لازمي آهي. صحيح وقت لاءِ گهڻو انتظار ڪرڻو نہ آهي. ڇاڪاڻ تہ صحيح وقت سدائين نہ پر ڪڏهن ڪڏهن ايندو آهي. گهڻن معاملن ۾ صحيح "هاڻي" هوندو آهي. گهڻو وقت انهيءَ سوچڻ ۾ ڪپائڻ تہ توهان کي اهو ڪم ڪرڻو آهي يا نہ؟ ان کان پوءِ وري اوهان کي اها ڳڻتي بہ ڳارڻ شروع ڪندي تہ اهو ڪم الائي ڪهڙي ريت ڪرڻ ڪپي؟ پر سمجهو تہ اهو ڪم اسان کي اَوَسِ بہ ڪرڻو آهي ۽ ڪرڻ شروع ڪري ڏيو. جيڪڏهن اهو ڪم صحيح طريقي سان نہ ٿو ٿئي تہ ان کي هڪدم ڇڏي ڏيو ۽ ڪنهن ٻئي ڪم ڏانهن ڌيان ڏيڻ شروع ڪريو. پر جيڪڏهن اوهان گهڻو وقت ٻڏتر جو شڪار رهندا ۽ ڪو فيصلو ڪري ڪونہ سگهندا تہ هن ڳالهہ جو ٻين لفظن ۾ بيان هن ريت ڪري سگهجي ٿو تہ توهان اهڙيءَ گهٽي مان سفر ڪري رهيا آهيو جيڪا "ڪڏهن بہ نہ" Never واري گهر وٽ پهچي بند ٿي وڃي ٿي.

منهنجي دماغ ۾ اوهان لاءِ هڪ خيال موجود آهي تہ جيڪڏهن اوهان کي احساس ٿئي تہ اوهان جو وقت ڪنهن بحث ۾ خرچ ٿي رهيو آهي تہ فلاڻو ڪم ڪرڻ گهرجي يا نہ؟ يا توهان هڪ ڳالهہ تي سوچڻ ويچارڻ ۾ لڳي ويا آهيو ۽ اها ڳالهہ اوهان جي ڌيان مان نڪري ئي ڪانہ ٿي تہ فلاڻي يا فلاڻي ملازمت ڪريان يا نہ تہ اهڙو خيال ڪاغذ تي لکو، ان سان گڏ ڪنهن ٻئي قسم جي سوچ ويچار لاءِ پڻ گنجائش ڇڏيو ۽ ٻين ملازمتن بابت سوچڻ لاءِ بہ وقت ڪڍو.

اوهان وقت جي تنظيم ڪريو ۽ پنهنجي مرضيءَ موجب هر ڪم ڪريو

اڇو تہ ڪن متعين اصولن کي جاچي ڏسون. ڇا توهان اهم فرض ادا ڪرڻ لاءِ جاکوڙي رهيا آهيو يا هلڪا سلڪا ڪم ڪرڻ ٿا چاهيو؟ يا توهان گهڻو ڪجهہ ڪرڻ ٿا چاهيو يا وري اوهان وقت کي صحيح نموني سان صرف ڪرڻ لاءِ تنظيم ڪاري ڪانہ ڪئي آهي. هن مان ظاهر آهي تہ توهان کي ڪجهہ گهٽ مشقت ڪرڻي پوندي ۽ وقت کي نهايت منظم طريقي سان خرچ ڪرڻو پوندو.

توهان کي هاڻي گهٽ ڪم ڪرڻو آهي ۽ وقت گهٽائڻ، اوهان جي لاءِ هڪ مسئلو بڻجي ويو آهي. هن معاملي ۾ مان اوهان جي ڪابہ مدد ڪري

ڪونہ ٿو سگهان. پر جيڪڏهن اوهان کي ڪم تمام گهڻو آهي ۽ توهان کي خبر ڪانہ آهي تہ پهريائين ڪهڙو ڪم ڪرڻ گهرجي؟ هن معاملي ۾ مان اوهان کي هيءَ صلاح ڏيندس تہ توهان پهريائين اهي ڪم ڪريو جيڪي غير اهم آهن، ۽ ملتوي ڪري سگهجن ٿا. ان کان پوءِ توهان ضروري ڪم ڪرڻ شروع ڪريو.

انهيءَ طريقي سان اوهان ڪم ڪرڻ لاءِ چڻ مجبور ٿي پوندا. توهان کي اهم شين جو تمام گهڻو خيال ڪرڻو پوندو ۽ توهان کي ڪيئن بہ ڪري اهي ڪرڻا آهن تنهن ڪري انتظار ڪرڻو پوندو. ڪڏهن اهو وقت بہ ايندو جو اهي شيون توهان جي ڌيان کان ڪڏهن بہ پري ڪونہ وينديون. توهان جي ٻڌتر کي وڏيڪ سخت ڪري ڇڏينديون ۽ توهان جو ڪم رڪجي ويندو.

تنهن ڪري اوهان ڪيٓ پهريان غير اهم شيون ڪرڻيون پونديون. ائين ڪرڻ سان توهان کي تعجب ٿيندو تہ توهان ايتريون گهڻيون شيون ڪهڙي نہ سولي طريقي سان مڪمل ڪرڻ ۾ ڪامياب ٿي ويا آهيو. جڏهن توهان کي معلوم ٿيندو تہ توهان کي ڪي ضروري ڪم بہ ڪرڻا آهن تہ مٿي بيان ڪيل غير اهم ۽ هلڪا سلڪا جلديءَ ۾ مڪمل ڪرڻ جي ڪوشش ڪندا. جيڪڏهن اوهان ائين نہ ڪندا تہ اهي هلڪا سلڪا ڪم توهان جو گهڻو قيمتي وقت وٺي ڇڏيندا.

ڪم ڪرڻ جو صحيح طريقو فقط اهو آهي. پارڪنسن Parkinson جو قانون بہ ائين آهي. سندس چوڻ آهي تہ، ”ڪم مليل وقت جي مُدي تائين وسيع ٿي ويندو آهي.“ جيڪڏهن اوهان فقط هلڪا سلڪا ۽ غيراهم ڪم اڳ ۾ ڪندا ۽ ضروري ڪم رهيل نہ هوندا تہ اهي هلڪا سلڪا ڪم توهان جو گهڻو وقت وٺي ويندا ۽ انهن جي تڪميل ۾ وقت جو فضول خرچ ٿي ويندو.

دلچسپيءَ جي اهميت بابت بحث مباحثو هن ڪتاب جي ڪنهن ٻئي حصي ۾ ڪيو ويندو. هتي مان فقط هيءَ ڳالهہ ڪندس تہ وقت کي منظم طريقي سان استعمال ڪرڻ مهل، دلچسپيءَ کي وڏي اهميت حاصل هوندي آهي. توهان سدائين اهي دانهون ڪندا آهيو تہ توهان وٽ وقت ئي ڪونہ آهي. پر حقيقت اها آهي تہ توهان جنهن شيءِ ۾ گهڻي دلچسپي وٺندا آهيو تہ انهيءَ لاءِ وقت بہ ضرور ڪڍي وٺندا آهيو ۽ شيون بہ اهي ڪرڻ چاهيو ٿا. اهڙن ڪمن لاءِ وقت ڪڍڻ جي ڪوشش نہ ڪريو جن کي ڪرڻ جو امڪان گهٽ آهي.

ٻي اهم ڳالهہ اها آهي تہ اوهان کي ڏهاڙي وارا هلڪا سلڪا ڪم پڻ

ڪرڻ گهرجن جيڪي اوهان سدائين ڪندا رهندا آهيو. اهڙن ڪمن جي اوهان کي چڱي ريت Habit به هوندي آهي ۽ ازخود ڪري وٺندا آهيو. اهڙن ننڍن وڏن ڪمن جا ڪيترائي مثال آهن. اوهان ڏاڙهي لاهڻ، ڏندن کي برش ڪرڻ ۽ گهڙيال کي چابي ڏيڻ مهل ان ڪم ڏانهن خيال ڪونه ڏيندا آهيو. ڏهاڙيءَ جي اهڙن ڪمن ڪرڻ دوران اوهان ڪن ٻين ڪمن بابت پڻ سوچي ويچاري سگهو ٿا.

منهنجو اندازو آهي ته توهان منهنجن هنن ڳالهين کي ٺيڪ سمان سمجهي هڪ ڪن ڪان ٻڌي ٻئي ڪان ڪڍي ڇڏيو هوندو. پر اوهان کي اهو ڏسي اچرج ٿيندو ته ڏهاڙيءَ جي اهڙن هلڪن سلڪن ڪمن ڪرڻ دوران اوهان ٻين ڪمن بابت غور فڪر ڪرڻ لاءِ تمام گهڻو وقت بچائي سگهو ٿا. توهان پنهنجي اهڙي عادت بڻائي ڇڏيو ته توهان جا ڪيترا ڪلاڪ بچي پوندا. چاڪاڻ ته ان وقت اوهان کي ٻيو ڪم ڪرڻو ڪونه هوندو آهي.

وقت بچائڻ جي ٻي عادت اها آهي ته ڪم کي مناسب وقت تي شروع ڪرڻ گهرجي. جيڪڏهن اوهان ڪم ڪرڻ ۾ ٿوري به گسر ڪندا ته ان تي گهڻو اثر پوندو. ڪنهن ڏاهي کهڙو نه چڱو چيو آهي ته، "جيڪڏهن اوهان صبح وارو هڪ ڪلاڪ اجايو وڃائيندا ته اوهان ان کي سارو ڏينهن ڳوليندا رهندا." اهو توهان جن هلڪن سلڪن ۽ وڏن ڪمن ڪرڻ جي شروعات جو وقت هوندو آهي ۽ هرويرو وڃائڻ سان اوهان لاءِ ڏک ڏاڪڙا پيدا ٿي سگهن ٿا. ان وقت بستري مان اٿڻ سولو به هوندو آهي ۽ ان ڪان پنج يا ڏهه منٽ پوءِ مقرر وقت گهڙيال به گهنٽي وڃائيندو آهي.

جيترو اوهان وڌيڪ رڌل رهندا اوترو وڌيڪ اوهان جو وقت بچندو.

جڏهن اوهان ۾ وقت تي ڪم شروع ڪرڻ جي هڪ پيرو هير پئجي وئي ته پاڻ ۾ هميشه لاءِ اها عادت وجهي ڇڏجي ته ڪنهن اهم ڪم ڪرڻ جي سوچ ويچار لاءِ به ٿورو وقت ڪڍجي. ٽيليويزن جي صنعت لاءِ وقت جي پابندي نهايت ضروري هوندي آهي، اها صنعت پنهنجي شروعات ڪان وٺي هن خيال کي استعمال ڪري رهي آهي.

ٽيليويزن وارا پروگرامن جي وقت ۾ ٿوري گنجائش ڇڏيندا ته جيئن وچ تي حادثن ۽ ڪن هنگامي خبرن لاءِ وقت ميسر ٿي سگهي. انهي ڪري پورو پروگرام مقرر ڪيل وقت ڪان گهڻو ڏکيو هوندو آهي.

دماغي طاقت جا راز

توهان کي به ائين ڪرڻ گهرجي جڏهن اوهان کي هلڪا سلڪا ڪم ڪندا آهيو ته توهان وقت ۾ ٿوري گنجائش رکندا ڪريو. جيڪڏهن اوهان سمجهندا هجو ته هن يا هُن ڪم لاءِ هڪ ڪلاڪ ڪافي آهي ته ان لاءِ هڪ ڪلاڪ ۽ پندرهن ويهه منٽ وڌيڪ مخصوص ڪندا ڪريو. جيڪڏهن اهو فقط هڪ ڪلاڪ وٺي ٿو ته باقي وقت ڪنهن ٻئي ڪم ڪي لڳايو ۽ اهو ڪم وقت کان اڳ شروع ٿي ويندو ۽ گنجائش وارو وقت ڪنهن ٻئي ڪم جي شروعات ڪرڻ لاءِ ڪم اچي سگهي ٿو.

مان ليڪچر ڏيڻ وارين تاريخن واسطي سفر ڪرڻ لاءِ بلڪل پورو وقت رکندو هوس. اهو ڪڏهن به ڪونه سوچيندو هوس ته ليڪچر واري جاءِ ڪيترو پنڌ پري آهي. تنهن ڪري ڏاڍو پريشان ٿيندو هوس. اهو به ڪونه سوچيندو هوس ته ٽرئفڪ جام ٿي سگهي ٿي، موسم خراب ۽ گاڏيءَ ۾ ڪو ڪانجاٽو به ٿي سگهي ٿو.

گهڻو ڪري اهو ٿيندو هو جو سفر جي آخري حصي ۾ منهنجي دل ٿَيان ٿَيان هوندي هئي. چاڪاڻ ته مون کي اڊڪو هوندو هو ته مقرر وقت کان گهڻو دير سان پهچندس، ڪجهه سال ٿيندا جو مان پنهنجي پروگرام جي وقت ۾ ڪجهه گنجائش رکڻ واري ڳالهه سکي ورتي آهي.

ڪلب جي ڪاميٽي يا چيئرمن مون کي چوندا هئا ته مون کي سندن ڪلب تائين پهچڻ ۾ هڪ ڪلاڪ لڳي ويندو. هنن لاءِ ته اهو ڪلاڪ صحيح آهي. چاڪاڻ ته کين مذڪوره ڪلب تائين پهچڻ واري هر رستي جي چڱيءَ ريت خبر آهي، پر مان ڪلاڪ واري ان سفر لاءِ ڏيڍ ڪلاڪ مقرر ڪندو آهيان ۽ سمجهندو اهيان ته دير سان پهچڻ کان سويلو پهچڻ بهتر آهي.

هڪ ڏينهن جي ڪم ڪرڻ واري رٿابنديءَ ۾ وقت جي ڪجهه گنجائش رکو. جيڪڏهن اوهان ائين ڪندا ته گهڻي ڏچي کان ڇٽي پوندا. ان ڪلاڪ يا ڏينهن جي ڪجهه حصي جي بچي پوڻ ڪري اوهان اهڙي ڪم لاءِ به وقت بچائي سگهندا، جنهن واسطي وقت بچائڻ ممڪن ئي ڪونه هو.

جيڪڏهن اوهان ڪنهن ڪم لاءِ وقت مقرر ڪيو آهي ته ان جي سختيءَ سان پابندي نه ڪريو ۽ جيڪڏهن مقرر وقت اندر ڪم ختم ڪرڻ لاءِ هرويرو ڳت پڌي بيهي رهندا ته توهان لاءِ ڪيئي مشڪلاتون پيدا ٿي سگهن ٿيون.

جيڪڏهن اوهان مقرر وقت اندر ٿوري ڪجهه گنجائش رکندا ته اوهان خاص وقت جي پابندي، دير ۽ ٻين مايوسين کان سولائيءَ سان بچي سگهو ٿا. توهان صبح جو ڪجهه وقت اڳ ننڊ مان سجاڳ ٿي سويلو ئي ڪم جي شروعات ڪري سگهو ٿا. اوهان کي وقت تي آفيس پهچڻ جو ڌُڪتو لڳل هوندو آهي، تنهن کان پڻ بچي ويندا ۽ آرام سان سفر ڪري اتي پهچي سگهندا.

دماغي طاقت جا راز

رات جو سمهڻ تائين اوهان کي سارو وقت ائين گذارڻ گهرجي پوءِ اهو ڪم هجي، راند يا ڪا ٻي وندر هجي. جيڪڏهن توهان کي محسوس ٿئي ٿ، ننڊ ڪرڻ لاءِ سوچي ويچاري رهيا آهيو تہ توهان پنهنجو قيمتي وقت اجايو سجايو وڃائي رهيا آهيو.

جيڪڏهن اوهان ساري ڏينهن لاءِ چڱيءَ ريت منصوبہ بندي ڪئي هوندي تہ توهان کي ننڊ جي انتظار ڪرڻ ۾ هرويرو وقت وڃائڻو ڪونہ پوندو، پر اوهان کي راندروند ۽ ٻيءَ وندر کي نظر انداز ناهي ڪرڻو. جان واناميڪر John Wanamaker جو چوڻ آهي تہ، "جيڪي ماڻهو راندروند يا وندر لاءِ وقت ڪڏي ڪونہ ٿا سگهن. تن کي ٿوري گهڻي ڏينهين بيمار ٿيڻ لاءِ وقت ڪڍڻو پوندو."

مان سمجهان ٿو توهان مون بابت غلط سوچيو آهي. مان اوهان کي اهڙين هدايتن ڏيڻ جي ڪوشش ڪونہ ٿو ڪريان تہ اوهان پنهنجن ذميوارين کي نظر انداز ڪري ڇڏيو يا اوهان کي هيءَ صلاح ڏئي رهيو آهيان تہ توهان پنهنجي اضافي وقت دوران هلڪا سلڪا ڪم ڪريو، پر منهنجو مطلب فقط هي آهي تہ منصوبہ بندي ۽ وقت جي تنظيم ڪريو تہ جيئن ضروري ۽ گهربل سرگرمين لاءِ وقت بچي سگهي.

ڪنهن نہ ڪنهن ڪم ۾ رڌل رهو. منهنجو ڪم ڪرڻ يا ڪنهن سرگرمي ۾ مشغول رهڻ ۾ وڏو ويساهہ آهي، منهنجو خيال آهي تہ اجائي سجائي گهمڻ کان ڪانہ ڪا سرگرمي چڱي تہ هڪ وندر آهي. ويٺي کان وِرتا پلي، ان کان سواءِ اوهان جيترو وڌيڪ رڌل رهندا اوترو وڌيڪ اوهان کي واندڪائي ملندي.

توهان کي هاڻي ساري سڌ پئجي وئي تہ گسر ۽ ٻڌِتِر وچ تي تنگيل هڪ زندگي آهي. مقرر وقت ۾ جيڪڏهن گنجائش رکي ويندي تہ اها توهان لاءِ سهوليت جو باعث بڻبي. اهڙيون ڳالهيون توهان کي وقت کي منظم ڪرڻ ۾ وڏي واهر ڪري سگهن ٿيون.

پڇاڙيءَ ۾ مان هي لفظ چوڻ ٿو چاهيان تہ گذريل زماني ۾ ڪيل غلطين تي ڏکي عرصي لاءِ ڳڻتي ڪري اجايو وقت نہ وڃائجي. جيڪڏهن هڪ ڀيرو اوهان فيصلو ڪري ورتو تہ اهڙيون ڳالهيون وساري ڇڏڻ کپن تہ هر ڏينهن جي شروعات خوشين سان ڪريو. ول راجرس Will Rogers مون کان وڌيڪ سڌي ڳالهہ چئي آهي تہ، "ڪلهہ کي اڄ کان وڌيڪ اهميت نہ ڏيڻ کپي."

اڄ جو گهڻو وقت فقط اڄ لاءِ هئڻ گهرجي يا سڀاڻي جي رٿابنديءَ لاءِ. ڪلهہ کي پنهنجو موقعو مليل هو. پلوٽارڪ Plutarck بہ ڪيڏي نہ سٺي ڳالهہ چئي آهي تہ، "سڀ کان وڏي قرباني وقت لاءِ قرباني آهي."

باب انون

گھري سوچ فڪر سان اوهان مجموعي پيداوار وڌائي سگھو ٿا

"ڪامياب زندگي، صلاحيت ۽ مناسب موقعي سان تعلق ڪانہ ٿي رکي پر ان جو واسطو گھريءَ سوچ Concentration ۾ استقامت ۽ ثابت قدمي Perseverance سان آهي." **(سي. ڊبليو. وبنٽ)**

جهڙي ريت موٽرڪار ٺاهڻ واري صنعت اهو سکي ورتو آهي تہ ڪهڙي ريت سندس ٺهيل ڪار جي راهہ ۾ ڪا رڪاوٽ نہ هجي ۽ ڪنهن مزاحمت کان سواءِ سندس ڪاروبار هلندو رهي. تهڙيءَ طرح اوهان بہ پنهنجي دماغ کي سوچڻ تي اهڙو هيرايو جو هو بنا ڪنهن روڪ رنڊڪ جي سوچيندو ويچاريندو رهي. اهو سکو بہ تہ مسئلي جي دل تائين ڪهڙيءَ ريت پهچي سگھجي ٿو ۽ رستي ۾ ڪنهن بہ قسم جي روڪ رنڊڪ نہ هجي. ٻين لفظن ۾ هن ريت بہ چئي سگھجي ٿو تہ اوهان گھرو سوچڻ سکو. گھرو سوچڻ بہ ٻين فنن جيان هڪ فن آهي. جيڪڏهن اوهان کي ڪا گندي عادت آهي ۽ اوهان ان کي ڇڏي ڏيڻ ٿا گھرو تہ ان عادت جي بدلي ۾ پاڻ ۾ گھري سوچ جي عادت وجهو. ٻين اهم خوبين جيان گھرو سوچڻ بہ هڪ بهترين عادت آهي.

اسان ٻڌو آهي تہ گھڻا ماڻهو پنهنجي دماغي صلاحيت جو فقط اٺن ڪان ڏهہ في سيڪڙو ڪتب آڻي سگھندا آهن. توهان پاڻ ۾ گھريءَ سوچ جي عادت وجهو ۽ دماغ جي باقي رهيل 90 سيڪڙو طاقت کي ڪتب آڻڻ جي ڪوشش ڪريو.

گھرو سوچڻ ڪهڙي طريقي وسيلي سکي سگھجي ٿو؟ مان توهان کي پڪ ڏياريان ٿو تہ ائين ڪرڻ ڪو سولو ڪونہ آهي. ڊڪشنري ۾ گھريءَ سوچ Concentration جي معنيٰ آهي: ڪنهن شئي تي خاص ڌيان ڏيڻ. ڇا اوهان ڪڏهن ڪنهن شئي تي پنهنجو خاص ڌيان ڏنو آهي؟ مان اوهان کي وري بہ چوان ٿو تہ ائين ڪرڻ سولو ڪونہ آهي. پر منهنجي خيال ۾ ان لاءِ

ڏهاڙي عمل ڪرڻ وڏي اهميت رکي ٿو.

پهرئين پيري سوچڻ کان پوءِ توهان پنهنجو پاڻ کي چوندا تہ گهرو سوچڻ ويچارڻ فقط اهو آهي؟ اهو فقط ڪنهن شئي تي پنهنجو خاص ڌيان مرڪوز ڪرڻ آهي؟ مان اوهان کي هن فريب مان ڪڏهن اوهان جون اکيون کولڻ ٿو چاهيان. پر اوهان پاڻ هن وقت گهري سوچڻ جي شروعات ڇو نہ ٿا ڪريو؟ اوهان ڪهڙي بہ شئي کڻو. مثال هڪ پينسل کڻو. اوهان ان ڏانهن غور سان نهاريو ۽ ڏسو تہ اوهان ان ڏانهن پنهنجي خاص ڌيان سان ڏسي رهيا آهيو.

پهريائين مان اوهان کي خاص ڌيان ڏيڻ جي وصف ٻڌايان ٿو. هن جو مطلب آهي تہ اوهان جي دماغ ۾ هن پينسل کان سواءِ ڪو ٻيو خيال نہ هئڻ کپي اها ڪٿي هڪ معمولي شئي آهي ان جو ڪو فڪر ناهي. توهان هن لاءِ خيال ڪندا رهو. گهرو سوچيندا رهو ۽ اوهان جي دماغ ۾ هن پينسل کان سواءِ ٻيو ڪجهہ بہ موجود نہ هجي. جنهن گهڙيءَ اوهان جي ذهن ۾ پينسل کان سواءِ ٻيو خيال گهڙي اچي سوچڻ ويچارڻ ڇڏي ڏيو ڇاڪاڻ تہ ان وقت اوهان جو ڌيان پينسل ڏانهن مخصوص ڪونہ هوندو. توهان پينسل ڏانهن گهري ڌيان ۽ گيان ڪرڻ جي ڪوشش ڪريو يا پنهنجي ڪنهن مسئلي ڏانهن غور فڪر کي مرڪوز ڪريو. پر گهرو غور ۽ فڪر ڪندا رهو.

ائين ڪرڻ اهڙو سولو ڪونہ آهي جهڙيءَ ريت اوهان پهريائين سوچيو هو. اهو بلڪل ڏکيو آهي. جيڪي ماڻهو گهري سوچ فڪر کان واقف هوندا يا يوگ واري گهريءَ سوچ کان باخبر هوندا تہ هي عمل ڪيڏو نہ ڏکيو آهي. صحيح قسم جو جوڳي Yogi سچ يا ڪنهن نظريي تي مسلسل گهرو سوچي سگهي ٿو. ان وقت ٻاهريون سڀ شيون سندس ذهن ۾ موجود ڪونہ هونديون آهن. جڏهن هو پنهنجي سوچ جي نتيجن کان مطمئن ٿي ويندو آهي تہ پوءِ ساري حياتي ڌيان ۽ گيان ۾ رهندي گذاري ڇڏيندو آهي.

مان اوهان کي ڌيان ۽ گيان بابت هڪ مشورو ڏيان ٿو، جنهن ۾ ڪنهن شيءِ تي غور فڪر ڪرڻ کان سواءِ بہ سوچڻ جي مشق ڪري سگهجي ٿي. توهان هڪ بہ تي چار انگ ڳڻڻ شروع ڪريو ۽ اوهان جي دماغ ۾ انگن کان سواءِ ٻي ڪابہ شئي موجود نہ هئڻ کپي. منهنجي اندازي موجب هيءُ عمل ڪنهن شئي تي گهري سوچ ڪرڻ کان گهڻو ڏکيو آهي. پر حقيقت ۾ ائين ڪرڻ سان گهڻو حاصل ٿي ڪونہ سگهندو آهي. ليڪن اها سٺي مشق هوندي آهي. مون کي شڪ آهي تہ توهان پهرئين پيري ڌيان ۽

گيان سان ٻنجن تائين مس ٻُڌي سگهندا. جيڪڏهن اوهان پنهنجو پاڻ سان سچا آهيو ته جڏهن ڪو بيو خيال اوهان جي ذهن ۾ اچي ته ٻُڌڻ هڪدم ڇڏي ڏيو. اهو به امڪان آهي ته توهان جو ذهن ڪن پل لاءِ ڪنهن آواز ۾ تبديل ٿي وڃي. انهيءَ حالت ۾ اوهان ٻُڌڻ ڇڏي ڏيو ۽ وري ٻُڌڻ شروع ڪريو.

ڪجهه وقت ۽ مشق کان پوءِ توهان ڏهن تائين پهچي ويندا. جيڪڏهن اوهان پوري ڌيان ۽ گيان سان ٻُڌيندي سئو تائين پهچي وڃو ٿا ۽ ڪو به خيال ذهن ۾ داخل ٿي ڪونه ٿو سگهي ته اوهان ذهين انسانن جي طبقي وٽ پهچي ويا آهيو.

اوهان کي اچرج ضرور ٿيندي هوندي نه آئون هن ڳالهه کي مسئلو ڇو بنائي رهيو آهيان! توهان اهو ڄاڻڻ چاهيو ٿا ته ڪنهن شئي کي گهري ڌيان ۽ گيان سان ڪهڙيءَ ريت سوچي سگهجي ٿو يا اهو چاهيو ٿا ته ٻُڌڻ جي عمل تي ڪهڙي طريقي سان غور فڪر کي مرڪوز ڪرڻ ۾ ڪامياب ٿجي ۽ اهڙيون ڳالهيون روزمره واري زندگيءَ ۾ ڪهڙيءَ ريت اوهان جي واهر ڪري سگهن ٿيون. مان اوهان کي اهڙيون ڳالهيون سمجهائي رهيو آهيان. اها شئي جنهن تي ڌيان ۽ گيان ڪرڻ جو مان اوهان کي مشورو ڏئي رهيو آهيان يا ٻُڌڻ جنهن تي آءٌ اوهان کي پنهنجو غور فڪر مرڪوز ڪرڻ لاءِ چئي رهيو آهيان، سي مقصد حاصل ڪرڻ جا وسيلا آهن ۽ خود مقصد نه آهن ۽ اهم به ڪونه آهن پر اهم ڳالهه اها آهي ته اوهان پنهنجي مسئلي يا مقصد تي گهرو غور فڪر ڪري سگهو.

اوهان سان هن قسم جو واقعو ته اڪثر ڪري ٿي چڪو هوندو ته اوهان پنهنجي ڊنڊي لاءِ گهر کان ٻاهر نڪتا آهيو. توهان رستو ڏئي اِڪتي وڌو ٿا يا بس تي سوار ٿي ڊنڊي واري جڳهه ڏانهن وڃو ٿا. ڪو مسئلو آهي، جيڪو اوهان کي پريشان ڪري رهيو آهي ۽ اوهان آفيس پهچڻ کان اڳ ان کي نبيرڻ گهرو ٿا.

گهرَ جي ٻُنيي کان ٻاهر نڪرڻ مهل اهو اوهان جي ذہن تي سوار آهي. اڌ بلاڪ مس پنڌ ڪريو ٿا ته سوين بيون غير اهم شيون اوهان جي ذهن ۾ داخل ٿي وڃن ٿيون. اهڙين شين جو توهان جي ان مسئلي سان ڪو لڳ لاڳاپو ڪونه آهي. جنهن کي اوهان هڪدم نبيرڻ گهرو ٿا

گهر کان ٻاهر نڪرڻ ويل ته اهو مسئلو اوهان جي ذهن ۾ موجود هو، پر آفيس وٽ پهچڻ مهل اوهان کان بلڪل وسري ويو اهو مسئلو اوهان ڪڏهن نه ڪڏهن حل ته نيٺ ڪندا، سو اها ڳالهه نه آهي. اصل نڪتو هيءَ

آهي تہ جيڪڏهن اهو مسئلو اوهان جي ذهن مان نڪري نہ وڃي ها تہ توهان جو وقت بہ بچي وڃي ۽ چار ڏوڪڙ بہ اجايو خرچ نہ ٿين ها! هاڻي اوهان پنهنجي ذهن کي پوئتي ڇڪڻ جي مشق ڪريو ۽ موضوع کي اتان شروع ڪريو جتان ڪان اسان ان کي ڇڏي ڏنو هو.

جيڪڏهن اوهان کي گهري ڏيان ۽ گيان ڪرڻ جي اهليت هوندي تہ اوهان پنهنجي مسئلي کي نهايت چٽائيءَ سان ڏسي سگهندا. جيڪڏهن اوهان هن وقت ڪان وٺي سوچڻ ويچارڻ شروع ڪندا تہ مان سمجهان ٿو تہ اهي مسئلا جن کي اوهان جان جو جنجال سمجهي رهيا آهيو، سي اوهان جي ذهن ۾ بلڪل اڻ ڇٽا آهن. جيڪڏهن اوهان ڪَنَ پَلَ لاءِ سوچڻ ويچارڻ ڇڏي ڏيندا تہ توهان کي خود محسوس ٿيندو تہ جيڪي شيون اوهان کي ڇيڙائي پاڻيءَ مان ٻاهر ڪڍي رهيون آهن، تن جي مڪمل وجود جي تصوير بہ اوهان جي دماغ ۾ ڪانہ آهي. اوهان جو مسئلو بہ اوهان جي دماغ ۾ منجهيل سنجهيل هوندو. ائين ڪري توهان ڇڻ ڪيڪڙي جون مڇون Tentacles ڏسي رهيا آهيو. پر خود ڪيڪڙي کي ڪونہ ٿا ڏسڻ چاهيو. توهان رڳو لُبو ٿبو ڪري مڇن مان جند ڇڏائڻ ٿا چاهيو يا ٽڪو پنجو ڪري ٻي ڳالهہ مان سئاڳيءَ ريت جان آجي ڪرڻ ٿا گهرو، پر ان مسئلي جو سارو جسم، ڪارڻ يا ان جو روح اجا بہ توهان سان گڏ آهي.

مان سمجهان ٿو تہ اسان جا گهڻا مسئلا اسان سان گڏ آهن ۽ حل نہ ٿيڻ تائين اسان سان ڇچڙ جيان چنبڙيل هوندا. اسان جي سگهہ جو ڪاٽ هٽندا، ذهن کي ٽڪائيندا ۽ بيزار ڪندا رهندا. اسان ذهني مريض تہ اڳٽي هوندا آهيون. ائين هئڻ ڪري اسان جذباتي ۽ اعصابي روڳي بہ بڻجي ويندا آهيون.

موجوده دور ۾ جڏهن ويچارو ماڻهو ذهني دٻاءَ Nervous Break Down جو مريض ٿي چڪو آهي، پر ڪيترن ماڻهن واتئون ائين چوندي ٻڌو ويو آهي تہ "اِهو ويچارو ڏاڍي محنت ڪري رهيو هو ۽ گهڻي ڪجهہ ڪرڻ لاءِ پاڻ پتوڙي رهيو هو."

مان اهڙن ماڻهن جي خيالن سان متفق ڪونہ آهيان، پر هن چواڻيءَ سان سهمت آهيان تہ "گهڻي محنت ماڻهوءَ کي ڪانہ ماريندي آهي." هن باري ۾ منهنجو ويساهہ آهي تہ ذهني دٻاءَ جو ڪارڻ اهو هوندو آهي جو ان مريض وٽ پنهنجي مسئلن کي حل ڪرڻ جو ڪو رستو ڪونہ هوندو آهي. جيڪڏهن اهو ماڻهو محنت ۽ مشقت ڪري رهيو آهي ۽ گهڻو ڪجهہ ڪرڻ لاءِ پاڻ پتوڙي رهيو آهي ۽ پنهنجا مسئلا بہ حل ڪري رهيو آهي، تہ پوءِ تہ

ڪيس ڏاڍو خوش ۽ رِيان ڪِيان هجڻ ڪپي.

تنهن ڪري اوهان گهرو سوچيندا ويچاريندا رهو. انهيءَ وسيلي اوهان جا ڪي مسئلا ضرور حل ٿي سگهندا. جيڪڏهن اوهان گهرو سوچيندا ته اوهان جي سڌي نظر پنهنجن مسئلن تي هوندي ۽ اوهان صحيح قدمن کڻڻ جو فيصلو ڪندا ۽ انهن ڪي وقت سر حل ڪري وٺندا.

اوهان هڪ پنو کڻو ۽ مٿس ان مسئلي بابت لکڻ شروع ڪريو جيڪو اوهان کي وڏ ڪان وڏ پريشان ڪري رهيو آهي. مان سمجهان ٿو ته اوهان ان ڪان پوءِ مون سان متفق ٿيندا ته اهو مسئلو اوهان جي ذهن ۾ واضح ڪونه آهي. پر جڏهن توهان ان کي لکندا ويندئو ته توهان کي محسوس ٿيندو ته ان مسئلي جي چوڌاري پيون ڳالهيون اهڙيون آهن جيڪي درگذر ڪري سگهجن ٿيون. جن جو مسئلي سان ته ڪو لاڳاپو هوندوئي ڪونه آهي. امڪان اهو آهي ته شايد اهي هرويرو جون ڳڻتيون هجن يا اِهڙو ڊپ جنهن جو ڪو وجودئي نه هجي ۽ انهن سان توهان جو ڪو به واسطو ڪونه آهي.

جڏهن توهان ڌيان ۽ گيان سان ويچاريندا ته اوهان پنهنجي مسئلي کي سندس اصلي ۽ کوجهي ڪني شڪل ۾ ڏسي سگهندا. فقط ان گهڙي اوهان پنهنجي اصلي مسئلي تي فڪر مرڪوز به ڪري سگهندا. توهان کي هلڻي ائين پائنبو ته مسئلي چوڌاري جيڪو ڏنڊ هو سو هٽي چڪو آهي. ان کان پوءِ اوهان مسئلي کي نبيرڻ واسطي ڪم ۾ رڌجي ويندا. گهڻا مسئلا پنهنجي مفهوم ۽ طئه ٿيل شڪل ۾ موجود هوندا آهن ۽ انهن جو ڪجهه حصو اڳ ۾ ئي حل ٿي چڪو هوندو آهي.

مسئلي جي حل ڪرڻ واري واٽ تي جيڪي ونگ ۽ ڏکيائون آهن تن جي اوهان پنوتري (فهرست) جوڙيو. اهڙين مشڪلاتن جي فهرست جوڙڻ کان پوءِ مسئلي جا جيڪي حل سمجهه ۾ اچن، سي پڻ لکو. جيڪڏهن هلڪا سلڪا مسئلا آهن يا ڏکيا آهن ته ڳڻتي ڪرڻ جي ضرورت ڪانه آهي. انهن کي پني تي لکو. ائين ڪرڻ سان مسئلي کي سڃاڻي وٺڻ کان اڳ اوهان ان جي حل جي ويجهو وڃي پهتا هوندا. پيو نه ته گهٽ ۾ گهٽ اهو ته ضرور سمجهي چڪا هوندا ته، ڪهڙي طريقي سان مسئلي جي شدت کي گهٽ ڪري سگهجي ٿو. ائين ڪرڻ پڻ نهايت اهم هوندو آهي.

جيڪڏهن اوهان هنن هدايتن تي عمل ڪيو ته توهان اهڙين ڳالهين کي ختم ڪري سگهندا، جن اوهان کي پريشان ڪري ڇڏيو آهي ۽ مسئلي جي حل کان واقف ٿيڻ کان پهريان مسئلن بابت ڳاراٽي ڪرڻ بدران اوهان وٽ

زندگيءَ جي مزن ماڻڻ لاءِ گهڻو وقت موجود هوندو.

مان اها ڪوشش ڪونہ ڪري رهيو آهيان تہ مسئلن کي حل ڪرڻ اڪ جي ماڪي آهيءَ ڪين اک چنب ۾ حل ڪري سگهجي ٿو. مسئلن جو حل زندگيءَ پر جاکوڙڻ هوندو آهي. توهان بہ مسئلن کي حل ڪرڻ لاءِ سارو وقت رڌل رهندا آهيو. منهنجو اوهان کي فقط هي مشورو آهي تہ توهان مسئلن جي حل کي جيترو ٿي سگهي، ايترو سولي ڪرڻ جي ڪوشس ڪريو. مان هن حقيقت کان بہ پوري ريت باخبر آهيان تہ ڪي مسئلا ايترا تہ اگراءِ ڏنگا ڏکيا آهن، جيڪي فقط پني تي لکي حل ڪري ڪونہ ٿا سگهجن. پر لکڻ ڪري چا ٿيندو جو اوهان جو غور سان مرڪوز واري اهليت کي وڌي واهر ملي وينديءَ مسئلي حل ڪرڻ وارين سرگرمين ۾ هڪ قسم جو اتساهہ پيدا ٿي پوندو.

بنجامين ڊزرائلي Benjamin Disraeli جو چوڻ آهي تہ، "سرگرميون سدائين خوشين جو ڪارڻ ڪونہ بنبيون آهن، پر سرگرمين کان سواءِ خوشي بہ ڪانہ ملندي آهي". جڏهن بہ اوهان هڪ ڀيرو پنهنجي مسئلي جي حل لاءِ ڏاهپ وارو سڌو طريقو اختيار ڪيو تہ وڏيڪ امڪان آهي تہ اوهان انهن کي حل ڪري سگهو.

باب نائون

جيڪڏهن اوهان کي هڪ پيرو پتو پئجي ويو ته مسئلا ڪهڙا آهن ته توهان انهن کي سولائي سان حل ڪري سگهندا

هڪ مريض نفسيات جي ماهر کي چوي ٿو: ڊاڪٽر منهنجيءَ زال کي منڪ Mink جي کل جو ڪوٽ ۽ سئبل Sable جي کل جو ڪوٽ آهي. اسان ڊپليڪس پينٽ هائوس Duplex Pent house جي هڪ فليٽ ۾ رهندا آهيون، هڪ تفريحي ٻيڙي Yacht ۽ اونهاري جي رهڻ لاءِ هڪ ٻيو گهر به آهي، ان کان سواءِ وڏي ڪئڊلڪ ڪار به آهي جنهن کي هلائڻ لاءِ هڪ ڊرائيور پڻ آهي.

ڊاڪٽر: دوست تنهنجو مسئلو ڇا آهي؟

مريض: منهنجو مسئلو؟ ڊاڪٽر منهنجو مسئلو اهو آهي ته مان هفتي ۾ صرف پنجاهه ڊالر ڪمائي سگهندو آهيان.

اڳين باب ۾ مان انهن مسئلن بابت ڳالهائي آيو آهيان. جن کي اسان جا گهڻا دوست پنهنجي زندگيءَ جا نهايت اهم مسئلا سمجهندا آهن. انهن مان ڪي ته ننڍڙا مسئلا به هوندا آهن. جن جهڙو هڪ مسئلو مٿئين قصي ۾ بيان ڪيو ويو آهي، هن قسم جو مسئلو ٻين سان ملي سِلي هڪ وڏو مسئلو به بنجي سگهجي ٿو. مسئلو ڪٿي ڪيڏو به وڏو هجي پر ڪابه ڳڻتي ڪرڻ نه گهرجي ۽ هن سان به ساڳيو اصول نافذ ڪري سگهجي ٿو. اوهان ان مسئلي جي اصلي هِنيانءَ ۾ ڏسڻ جي ڪوشش ڪريو.

اڪثر ڪري ائين ٿيندو آهي جو ڪي ننڍڙا مسئلا ماٿهوءَ کي ڇتو ڪري وجهندا آهن ۽ اهم مسئلن ڏانهن سندس ڌيان ئي ڪونه ويندو آهي. عام طور تي ائي ٿيندو آهي جو اسان اهم مسئلن ڏانهن اک کڻي به ڪونه ڏسندا آهيون، ۽ غور فڪر ڪين جهڙين مسئلن تي ڪندا آهيون. پوءِ اسان ان مسئلي بابت ڇو نه سوچيون ويچاريون جيڪو هينئر اوهان جي ذهن مٿان

سوار آهي؟ اوهان جو دماغ هڪ وقت ڪان وڏيڪ مسئلن تي غور فڪر ڪري ڪونہ سگهندو آهي. تنهنڪري توهان کي ان مسئلي بابت سوچڻ ويچارڻ گهرجي، جيڪو هن وقت توهان جي دماغ ۾ موجود آهي. پر ان سان گڏ ٻئي مسئلي تي سوچڻ ويچارڻ لاءِ گنجائش ڪيڻ گهرجي. اها هڪ فطري ڳالهہ آهي تہ اوهان جي دماغ ۾ ٻي سوچ بہ اچي جڳهہ والاريندي آهي، پر هن وقت توهان کي ڪجهہ اڳتي وڌي وڃڻ کپي. هن لاءِ هي اصول بہ ڪم آئبو آهي تہ هڪ وقت فقط هڪ ڪم جو خيال ڪرڻ گهرجي ۽ هر ڪم لاءِ هرويرو ڳڻتيءَ ۾ پوڻ نہ کپي.

اوهان کي نهايت اهم ڪم ڪرڻو آهي. جيڪڏهن ان جي هر پاسي کان ڏسندا تہ اهو واقعي جبل جيڏو وڏو ڪم ڏسڻ ۾ ايندو.

مان هن بابت اوهان کي مشورو ڏيندس تہ اوهان پهريائين ان کي سندس پوريءَ شڪل صورت ۾ ڏسڻ جي ڪوشش ڪريو. انهيءَ لاءِ تہ جيئن چڱيءَ ريت سڌ پئجي وڃي تہ اوهان ڪهڙو ڪم ڪري رهيا آهيو ۽ ڪٿان ڪان شروع ڪري رهيا آهيو؟ هن قسم جي پهرين تصور جي عمل ڪان پوءِ حل واسطي هڪ وقت فقط هڪ قدم کڻو. اهڙيءَ ريت چيتيون ٿي سارو چيرٿي چانگي ويندؤ. پر اهو ڪم توهان کي هڪ جاءِ وٺان شروع ڪرڻو آهي. اوهان کي اڄ سياڻي واري ٻڏتر ۾ ناهي رهڻو. اهو اڊڪو نہ ڪرڻ گهرجي تہ پربت جيڏو هي وڏو ڪم مون کان ٿيندو بہ الائي نہ! هُتڪُو ۽ بي يقيني توهان کي منجهائي موڪو ڪري ڇڏيندي. غير يقيني، شڪ ۽ ٻڏتر اهڙيون تہ گنديون عادتون آهن، جن کي ختم ڪرڻو پوندو. انهن کي پالڻ نپائڻ بدران سندن جاءِ تي ڪي سٺيون عادتون پيدا ڪرڻيون پونديون.

جيڪڏهن اوهان غور سان سوچي ويچاري رهيا آهيو تہ اهڙي سوچ ويچار کي سرگرمين جو روپ ڏيو. جيڪا بہ شيءِ اوهان، پهريائين ڏسو، اتان ڪان شروعات ڪري ڏيو. ان ڪان پوءِ اوهان پاڻ اڳتي وڌندا ويندا ۽ سمجهو تہ ٻي ءَ چڻ ماٺ آهي. گوئٽي جو قول آهي تہ، ”پهريائين ويجهي ۾ ويجهو وارو ں ادا ڪريو. ائين ڪرڻ ڪان پوءِ ٻيو فرض اوهان لاءِ ڏاڍو واضح ٿي ويندو.“

وڏن حقيقي مسئلن بابت ڇا ڪرڻ گهرجي؟

مان سمجهان ٿو تہ اسان مان گهڻا هاٿي سوچيندا ويچاريندا هوندا. چڱو، پلا هاٿي هنن شين جهڙوڪ پئسي ڏوڪڙ جي اڻ هوند، اڳهائي ۽ اپاهج هجڻ واري حالت کي ڪهڙي طريقي سان منهن ڏيڻ کپي؟ توهان اهڙن مسئلن

کان هرگز لنوائي ڪونہ سگهندا ۽ واقعي اهڙن مسئلن کان سولائي سان پاسو ڪري وڃڻ ممڪن بہ ڪونہ آهي.

مٿي بيان ڪيل ڳنڀير قسم جي مسئلن ۾ وڪوڙيل ماڻهن ڪي اهڙو طريقئہ ڪار ھڏايو ويو آهي تہ جيئن هو پاڻ اهڙن مسئلن تي چڱيءَ ريت سوچڻ ويچارڻ ۽ انهن جي شدت کي محسوس ڪري سگهن. عام طور تي اهو چيو ويندو آهي تہ "هن مسئلي مان بہ اڳئين جيان گذري ويندا سون" يا "مان رڙيون ڪندو رهيس چاڪاڻ تہ مون وٽ بوٽ ڪونہ هئا. پر جڏهن هڙي ماڻهوءَ تي نظر پئي جنهن کي پير ئي ڪونہ هئا تہ مان ٿي ويس."

اهڙيون ڳالهيون فقط اندر کي آٿت ڏيڻ لاءِ ڪيون وينديون آهن. مان سمجهان ٿو تہ اوهان جو اهڙين ڳالهين ۾ ويساهہ ڪونہ هوندو. مان هن قسم جي ڳالهين کي ڇڏو اڻ ڇڏو ڪري حقيقي مسئلا حل ڪرڻ جي ڪوشش ڪري رهيو آهيان.

اهو سوچڻ تہ ٻيو ماڻهو مون کان بہ خراب حالتن ۾ جي رهيو آهي ۽ اهو ڏسي مات ڪري ويهي رهڻ، ٿور- وقتي آٿت آهي. اسان مان گهڻا ماڻهو ٻئي ملڪ ۾ هلندڙ گهمسان جي جنگ کي ڪجهہ بہ ڪونہ سمجهندا آهن، پر جيڪڏهن سندن جسم تي رڳو معمولي رهڙ ايندي آهي تہ آپ ڦاڙيندڙ رڙيون ڪندا آهن ۽ ان ۾ وڏي دلچسپي وٺڻ شروع ڪري ڏيندا آهن. جيڪڏهن مسئلن مان جان آجي ڪرڻ جو اهو طريقو آهي تہ هو صحيح نہ آهي جو ٻي جي وڏي مسئلي کي ڏسي پنهنجو ننڍڙو مسئلو حل ڪرڻ ڇڏي ڏجي.

اها هڪ حقيقت آهي تہ ڪتي کي ماڻهو وڏن مسئلن ۾ ڦاٿل هوندا آهن ۽ انهن جي ڀيٽ ۾ توهان جو مسئلو تہ ڪجهہ بہ ڪونہ هوندو آهي. اهڙي صورتحال ۾ اندر کي ڪوڙي آٿت ڏئي مات ڪري ويهي رهڻ ڏاڍو خراب آهي. ائين ڪرڻ سان توهان پنهنجي مسئلي کي حل ڪري ڪونہ سگهندا. توهان اهو سوچي رهيا آهيو تہ فلاڻو ماڻهو ريچارو تہ مون کان گهڻو غريب آهي ۽ پاڻ کي ان جي ڀيٽ ۾ دولتمند سمجهي ويهي رهڻ توهان کي دولتمند بنائي ڪونہ سگهندو. پنهنجيءَ دل کي ڪوڙا دلاسا ڏيڻ ڇڏي ڏيو. هن مان اوهان کي ڪجهہ بہ ڪونہ ورندو. ان مان تہ رهندو بہ ڳالهہ ئي ڳڙ ٿي پوندي. جيڪڏهن توهان ائين سوچيندا تہ اوهان پنهنجن مسئلن ۾ ڦاٿل رهندا ۽ ڪڏهن بہ اڳتي وڌي ڪونہ سگهندا.

اهو سمجهڻ بيڪار آهي تہ فلاڻو ماڻهو ڪيڏو شاهوڪار آهي ۽ فلاڻو ڪيترو نہ ڪنگال آهي. اهو سوچڻ بہ اهميت ڪونہ ٿو رکي تہ اسان مسئلن

جي ڏچي ۾ اڙجي ويا آهيون ۽ فلاڻي کي ته هڪ مسئلو به ڪونه آهي. مان سمجهان ٿو ته جيڪڏهن ساريءَ دنيا جا مسئلا هڪ جاءِ تي گڏ ڪري وڏي واڪ ڏيڻ واري جاءِ تي وڪيا وڃن ته هرڪو ماڻهو فقط پنهنجا مسئلا خريد ڪندو ۽ ٻئي ماڻهوءَ جي مسئلن ڏانهن اک وڌائي به ڪونه ڏسندو.

توهان انهن مسئلن ۽ مشڪلاتن بابت ڇا ڪندا؟ هن معاملي ۾ پهرين ڳالهه اسان کي هيءَ ياد رکڻ گهرجي ته توهان اول ته پنهنجا مسئلا ونڊ جي ڪوشش ڪندا. اسان مان ڪي ٿورا ماڻهو آهن جن کي پنهنجين ذميوارين جو احساس آهي. جڏهن توهان کي پنهنجا مسئلا پاڻ حل ڪرڻا آهن ته پوءِ توهان ڪنهن جي آس ۽ اوسيئڙي ۾ هٿ هٿ تي رکي ماٺ ڪري ويٺا آهيو؟

هڪ ماڻهوءَ جو مسئلو آهي ته هو گهڻا ڏوڪڙ پئسا ڪمائي ڪونه ٿو سگهي؟ پر گهڻا ماڻهو اهڙا به آهن. جن وٽ اهڙو مسئلو ڪونه آهي. منهنجو اندازو آهي ته هيءُ دور اهڙو آهي جو اسان پنهنجو ڪمايل پئسو خرچ ڪري سگهي گذارڻ چاهيون ٿا. ڇاڪاڻ ته هي دور اهڙو آهي جو اسان نه ٿا چاهيون ته اسان کي ڪو گهٽ پئسو ملي يا ٿورو گهٽ پئسو ملي. گهڻا ماڻهو نهايت اوچي زندگي گذاريندا آهن.

گهڻيون عورتون ۽ ڪجهه مرد اڪثر ڪري اهو محسوس ڪندا آهن ته ڪنهن کي پئسن جي ادائگي ڪرڻ اجائي هوندي آهي. تنهن ڪري ڇٽي سگهجي ٿو ته سندن هڻ هٿان آسائشن حاصل ڪرڻ لاءِ هوندي آهي. هن مسئلي جي حل جا ٻه طريقا آهن.

هڪ طريقو ته اهو اهي ته گهڻو پئسو ڏوڪڙ ڪمايو وڃي. جيڪڏهن توهان ڪي ججهن پئسن ڪمائڻ جي صلاح ڏجي ته رڙ ڪري چوندا ته، ”اها ته اسان جي وڏي واهر ٿيندي. ڇا اهو ممڪن آهي ته جيترا ڏوڪڙ مان چاهيان ٿو، ڪمائي سگهان ٿو؟ ان جي وراڻي ها به آهي ته نه به آهي. ڪيترا ماڻهو پنهنجي ڏاهپ سان ججهو ڌن ڪٺي ڪمائي سگهندا آهن. پر ڪيترا ماڻهو ائين ڪري ڪونه سگهندا آهن.

انهيءَ جا ڪارڻ آهن، ڪاهلي، هڪ ڌنڌو ڇڏي ٻئي ڌنڌي کي اختيار ڪرڻ جو ڊڄ ڊپ، نئين جوءِ کان لهرائڻ ۽ پاڻ تي اعتماد جو نه هجڻ. ڪنهن ڌنڌي جي ناڪاميءَ جو وڏو ڪارڻ اهو به هوندو آهي جو ماڻهو ڊگهي عرصي کان ونئي ساڳيءَ جاءِ تي ڌنڌو ڪندو رهندو آهي ۽ پنهنجي پهرئين ڌنڌي کي ڇڏڻ کان وَنئُه پيو ويندو آهي. ڪيس اهو خيال هوندو آهي ته جيڪڏهن هي ڌنڌو ڇڏي ٻيو اختيار ڪندس ته اهو مون کان هلي

سگهندو الائي نہ! هن مان ائين سمجهي سگهجي ٿو تہ ڪيس ڪو اهڙو مناسب موقعو ڪونہ مليو آهي. هاڻي ڏسڻو اهو آهي تہ اهو مناسب موقعو آهي ڇا؟ دوستو مناسب موقعو معني! آهي دماغي صلاحيت ۽ سرگرمي.

ان ڪان سواءِ باچتو وقت ۾ پئسي ڪمائڻ لاءِ جاڪوڙڻ ڪو ڏوهہ ڪونہ هوندو آهي. توهان ڪي اهو ڏسي ڏاڍو اچرج لڳندو تہ توهان ڪي ڏوڪڙن ڪمائڻ جا تہ اِلاهي گسَ آهن. جيترو وقت توهان پنهنجي غربت تي افسوس ڪندا رهندا آهيو، ايترو وقت اوهان پنهنجي ڏنڌي ڪرڻ بابت سوچيو ويچاريو تہ توهان جا تہ پَئَنَ ٻارهن ٿي وڃن.

ججهن ڏوڪڙن ڪمائڻ جي مسئلي جو هڪ حل تہ اهو آهي. ٻيو رستو! ممڪن آهي تہ ان ڏانهن اشارو ڪرڻ وڌيڪ اهم ٻہ هجي يعني اوهان جيڪو پنهنجي لياقت ۽ وِت آهر ڪمائي سگهو ٿا. تنهن ڪي سوچي ويچاري خرچڻ ڪپائڻ ڪپي. اوهان ڪي گهرجي تہ ڇئن ڏوڪڙن جي پاڇي ڪرڻ جي رٿابندي ڪريو. اهڙي شيءِ نہ ڳنهو جنهن جي ڏوڪڙن ڀرڻ جيتري اوهان ۾ سگهہ ئي ڪانہ آهي. پوءِ ڀلي اها رقم ڇو نہ آسان قسطن ۾ ادا ڪئي وڃي. توهان ڪي اهو سمجهڻ ڪپي تہ اهي ڏوڪڙ نيٺ ٻہ اوهان ڪي ڀري ڏيڻا آهن. پراهڙي شيءِ ڀلي خريد ڪريو جنهن جي اوهان ڪي لوڙ آهي ۽ ان جي قيمت ٻہ اوهان سولائيءَ سان ادا ڪري سگهو ٿا. اوهان ڪي اهڙو اُڌڪو ضرور هئڻ ڪپي تہ متان اوهان اڳتي هلي ڪنهن ڏچي ۾ نہ ڦاسي پئو.

ڪي مسئلا اسان جي ملڪيت هوندا آهن ۽ ڪن مسئلن جي اسان ملڪيت هوندا آهيون.

هي نهايت اهم سوال آهي جيڪو اوهان جي ڌيان ۾ سدائين رهڻ ڪپي تہ ڇا توهان پنهنجي مسئلي جي حل واسطي هٿ پير هڻي رهيا آهيو يا اوهان پاڻ ان مسئلي جو حصو يا ڪارڻ بڻجي ويا آهيو. جيڪڏهن توهان پاڻ هٿ جا ڄوت ۽ گهر ٻاري ڏياري ملهائڻ وارا ماڻهو آهيو تہ توهان ڪي پئسي نہ هئڻ جون دانهون نہ ڪرڻ ڪپن. پاڻ لاءِ مسئلو توهان خود آهيو. تنهن ڪري اهڙي مسئلي ڪي حل ڪرڻ واسطي اوهان ڪي ڪجهہ نہ ڪجهہ ڪرڻ ڪپي.

هَٿ سچو يا صحت اهڙي شيءِ آهي جيڪا اسان جي پنهنجن هٿن ۾ ڪانہ هوندي آهي. پر ڪن معاملن ۾ اسان ان تي ضابطو رکي ضرور سگهندا آهيون. مثال طور اسان پنهنجو اصول بڻائي ڇڏيون تہ سال ۾ هڪ ڀيرو ڊاڪٽر ڪان طبي چڪاس ڪرايون. مان اوهان ڪي صحت جو سودائي Hyp chond raic

ٻڌائڻ ڪونہ ٿو چاهيان. پر جيڪڏهن اوهان سمجهو ٿا تہ ڏيل ۾ ڪو ڏيچ ٿي پيو آهي تہ ڪتني ڪرڻ جهرڻ نہ ڪپي، پر سڌو ڊاڪٽر وٽ لنگهي وڃجي ۽ ڏسجي تہ واقعي ڪتنيءَ جهڙي ڳالهہ آهي بہ يا نہ!!

مان هڪ اهڙي ماڻهوءَ کي سڃاڻيندو آهيان. جنهن کي قلوڪٽا نڪري پيا هئا ۽ ڪيس ڏاڍو سور هو. هن کي ڪنجهندي ڪٽڪندي مهينا لنگهي ويا، پر ڊاڪٽر وٽ وڃڻ کان ڇرڪندو رهيو. جڏهن ڏٺائين تہ ڪو ٻيو ڪتو ڪونہ آهي تہ لاچار ٿي ڊاڪٽر وٽ وڃي پهتو. اهڙن ماڻهن بابت مون کي ڪجهہ بہ سمجهہ ۾ ڪونہ ايندو آهي. ڪين اهو محسوس ڪونہ ٿيندو آهي تہ هيڏو سارو سور آهي جو جيءَ کي جَپَ ئي ڪانہ آهي. راتيون اکين تي ڪاٽي ٿيون گذارجن. ان کان سواءِ ڪي اهڙيون ڳالهيون بہ ٿي پونديون آهن جيڪي سور کان وڌيڪ خراب هونديون آهن. تنهنڪري اهڙين ڳالهين کي منهن فقط ڊاڪٽر ئي ڏئي سگهندو آهي.

سالڪ پوليو Salk Polio جي سئي Vaccine ايجاد ٿيڻ کان ڪجهہ وقت پوءِ سيني اخبارن ۾ مقالا ڇپجڻ لڳا هئا، جن ۾ چاليهن سالن جي عمر وارن ماڻهن کي پوليو جي ان سئي هڻائڻ جو مشورو ڏنو ويو هو. نظر ائين اچي رهيو هو تہ گهڻن ماڻهن اهي سيون ڪونہ هڻايون هيون ۽ نہ وري هنن ائين ڪرڻ چاهيو پئي. مان پنهنجي ساري زندگيءَ دوران هن راز کي سمجهي ڪونہ سگهيو آهيان. ڇا اهي سيئي ماڻهو شايد شهيد ٿيڻ لاءِ سڪي رهيا آهن، جو اهڙيون سيون نہ هڻائي بيمار ٿيڻ ٿا چاهين؟ مون کي صحيح حالتن جي تہ پوري خبر ڪانہ آهي، پر ڏسڻ ۾ تہ ائين اچي رهيو هو. ان جو ڪارڻ پئسو نہ هجڻ تہ ٿي ڪونہ ٿو سگهي. ٿورو وقت ٿيندو جو اها سُئي بنا پئسي هڻئي پئي وڃي. پر گهڻا ماڻهو پوءِ بہ انهيءَ سئي کان ڇرڪي رهيا آهن.

اڄ سياڻي واري سوچ کي ڇڏي ڏيڻ گهرجي جيڪو ماڻهو ٻڌتر ڪندو آهي سو آخر گهڻي ۾ وڃي پوندو آهي. جيڪڏهن اوهان لاءِ رک واري ماني Diet ضروري آهي تہ توهان کي ائين چوڻ نہ گهرجي تہ هفتي کان پوءِ ائين ڪندس يا سياڻي کان وني رک واري ماني کائيندس، پر توهان کي اڄ ئي ائين ڪرڻ گهرجي. جيڪڏهن اوهان ائين ڪري نہ ٿا سگهو تہ اوهان ڪڏهن بہ ڪري ڪونہ سگهندا. اها ڳالهہ بہ ڌيان ۾ رکڻ ضروري آهي تہ توهان جي ڪجهہ ڪرڻ ڪري مسئلا پيدا ٿي پوندا آهن يا تڪجي پوندا آهيو يا اوهان کي تڪليف ٿي پوندي آهي، پر ڪي اهڙيون ڳالهيون بہ هونديون آهن، جيڪي اوهان نہ ڪندا آهيو ۽ اهي اوهان جي تڪليف جو ڪارڻ بنجي

پوندیون آهن.

ڊاڪٽر جان ڊونلي Dr John Donnely لکيو آهي تہ، ”مايوسي پيدا ڪندڙ هر مسئلو جيڪو اسان حقيقي معنيٰ ۾ ڏسندا آهيون، جيڪڏهن ان کي ڪنهن منظم طريقي سان منهن ڏبو تہ شخصيت ۾ هڪ قسم جي نئين طاقت اچي ويندي آهي. ناڪاميءَ مان ملندڙ سبق وسيلي تجربو ۽ اثاثو حاصل ٿي ويندو آهي، جيڪي نون مسئلن کي مڙسيءَ سان منهن ڏيڻ واسطي اسان ۾ اهليت پيدا ڪندا آهن.“

اوهان جي نااهلي نہ پر اهليت اهم سمجهي ويندي آهي.

جيڪڏهن اوهان جي جسم جو حصو ڪم نہ ٿو ڪري تہ مان اوهان کي ائين چئي اجايو آٿت ڪونہ ڏيندس تہ دنيا ۾ توهان کان بہ وڌيڪ اپاهج ماڻهو پيا آهن ۽ جي رهيا آهن. هن معاملي ۾ مان فقط ايترو چئي سگهندس تہ توهان پنهنجي هن معذوري بابت ڳڻتي ڪرڻ، بلڪ سوچڻ ويچارڻ ڇڏي ڏيو. اهو بہ مشورو ڏيندس تہ توهان کي اجاين خيالن بجاءِ حقيقي طور سوچڻ ويچارڻ کپي تہ توهان جي نااهلي نہ پر اهليت گهڻي اهم آهي.

توهان جي جسماني نااهليءَ کان اوهان جو فڪري رويو وڌي اهميت جو مالڪ هوندو آهي. توهان پوئين ڳالهہ لاءِ تہ ڪجهہ بہ ڪري ڪونہ ٿا سگهو. پر اڳئينءَ ڳالهہ لاءِ اوهان ڪجهہ ڪري سگهو ٿا، ۽ اوهان کي ضرور ڪجهہ ڪرڻو بہ آهي. مارٿا واشنگٽن Martha Washengton پنهنجي دوست ڏانهن ڪليل خط ۾ هي ذڪر ڪيو آهي، تہ مان پنهنجي تجربي وسيلي هيءَ ڳالهہ سکي ورتي آهي تہ اسان جي خوشين ۽ غمن جو وڏو حصو حالتن تي نہ، پر پنهنجي اختيار ڪيل ڳالهين تي مدار رکي ٿو“. سر راجر ايل اسٽرينج Sir Roger L. Estrange جو قول آهي تہ، ”خوشي ۽ غم لاءِ ڪا خاص جڳهہ يا حالت متعين ٿيل ڪانہ هوندي آهي، پر دماغ انسان کي خوش ۽ غمگين بڻائي وجهندو آهي“. تنهن ڪري اوهان ان مطابق هلڻ جي ڪوشش ڪريو.

مان هڪ ڀيري بلووا واچ ريپئر ٽرئننگ اسڪول Bulova Watch Repair Training School جي پڙهندڙن ۽ سابق شاگردن آڏو پنهنجي حافظي جي ڪمال جو مظاهرو ڪيو هو ۽ ليڪچر ڏنو هو. منهنجا سامعين گهڻو ڪري اڌرنگي جا مريض هئا ۽ ڪن کي مصنوعي عضوا هئا. يعني انهن ماڻهن جا عضوا ڏاڍي خراب نموني بيڪار ٿيل هئا.

اهڙا ماڻهو منهنجي بحث مباحثي جو چڱ هڪ مڪمل مثال هئا. مان

دماغي طاقت جا راز

پنهنجي حافظي جي مظاهري ۾ ليڪچر ڏيڻ کان اڳ ۾ ساڻن ڳالهايو هو ۽ پوءِ به، محسوس ڪيو هئم ته هو ڏاڍا خوش هئا. اهي پنهنجي اپاهج معاشري ۾ ڏاڍا سرگرم نظر اچي رهيا هئا. انهن مان ڪيترا بيس بال Basebale يا بئسڪيٽ بال Basketball راند جا ميمبر به هئا.

اهي پنهنجي معذوري هوندي به چرچا يوگ ڪري رهيا هئا. هڪ ماڻهوءَ چرچو ڪندي مون کي بلاڪ جي چوڌاري ڊوڙ پچائڻ لاءِ پولايو هو. .

هن اسڪول ۾ داخل ڪهڻو ڪري سيني مردن ۽ عورتن کي فقط ٻه ٻانهون ۽ ڪن کي هڪ ٻانهن هئي، هي ماڻهو اداري ۾ انهيءَ ڪري داخل ٿيا هئا ته جيئن هو عزت ڀريو مانيءَ ڳيو ڪائي سگهن. اهي پنهنجي فن ۾ ڏاڍا ماهر هئا ۽ هر قسم جي واچ ٺاهي پئي سگهيا. اهم ڳالهه اها هئي ته هنن پنهنجي نااهلي يا معذوري مٿان غالب ٿيڻ جي اهليت حاصل ڪري ورتي هئي. آمريڪا ۾ سيني کان وڏيڪ اپاهج عورث هيلن ڪيلر Helen Keller آهي. هن جو ايمرسن جو قول تي پڪو ويساهه هوندو هو ته، ”اهڙو ڪو عيب نه آهي جيڪو ماڻهوءَ لاءِ ڪمائتو ثابت نه ٿيو هجي.“ هن پنهنجي لاءِ به چيو آهي، ”مان الله جي شڪر گذار آهيان. هن مون کي معذور ڪيو، جنهن ڪانسواءِ ڪامياب عورت ثابت ٿي ڪانه سگهان ها.“

اوهان سندس هن بيان سان سهمت هجو يا نه، پر سندس رويي سان ضرور متفق ٿيندا. هن کي ڏسڻ جو ٻيو سٺو طريقو به ڪونه آهي. توهان جو دماغ هر شيءِ کي فتح ڪري سگهي ٿو. جيڪو ڪجهه توهان سان ٿيو آهي، سو ايترو اهم ڪونه آهي جيترو توهان حاصل ڪيو آهي. انهن بابت ڳڻتي نه ڪريو جيڪي توهان وٽ موجود نه آهن. پر فڪر انهن لاءِ ڪريو جيڪي توهان وٽ آهن.

مون کي اميد آهي ته توهان مون سان هن ڳالهه تي ضرور متفق ٿيندا ته دنيا ۾ ڪي اهڙيون شيون به آهن، جن جي مدد سان توهان وڏن مسئلن کي منهن ڏئي سگهو ٿا. پوءِ اهي اوهان جا رويا ڇو نه هجن. اچو ته هن ڳالهه کي مڃيون ته ”جيڪي ڏک ڏور ٿيڻ ناممڪن آهن، تن کي سهسائڻ کپي.“ جيترو به ٿي سگهي پاڻ به خوش رهون ۽ ٻين کي به خوش رهڻ ڏيون. جتي به ڪجهه هجي، ڪابه شيءِ هجي ۽ ڪابه ڇُهڻ ۽ ڏسڻ واري شيءِ هجي ۽ بهتر صورت ڪريو، جيڪڏهن اوهان ڪري نه ٿا سگهو ته ان لاءِ ڪو بهتر رستو ڳوليو.

ڪجهه وقت اڳ مون پڪو پهه ڪيو هو ته جڏهن مان سمجهندس ته

منهنجي ڪوشش جو ڪڙ تيل نہ نڪرندو تہ مان اعليٰ اختياري وارن سان واسطي ۾ ڪونہ ايندس، پر مون پاڻ کي انهيءَ اجائي ڳالهہ کان بچائي ورتو. مون جڏهن محسوس ڪيو تہ اوهان سون پيرن مان هڪ دفعو پنهنجي نڪتي کي اهميت ڏيندا آهيو تہ هيءَ عمل هڪ ننڍڙي فتح جي پيٽ ۾ جيءَ جو هڪ وڏو جنجال هوندو آهي. تنهن ڪري مان عيسائي جهاد جهڙي هن عمل تان هٿ ٺي پتي ويس. پر ائين بہ ڪونہ آهي. هي معاملو گهٽي قدر ان ماڻهوءَ جي معاملي جيان آهي، جنهن کي وسهي ويو هو تہ سندس پڌل هڙ Package کي اڙجو تڙجو سمجهي ائين اڇليو ويندو. تنهن ڪري هن پوسٽ آفيس جي منشيءَ کي نماڻائي سان چيو هو تہ، "سائين منهنجون هي پڌل شيون ناڪِيون Fragile آهن. سو هن هڙَ کي راز دارانہ طريقي Under hand سان آهستي اڇلايو وڃي."

اچرج جهڙي ڳالهہ هيءَ آهي تہ جيڪڏهن اسان هڪ پيرو اهڙي نموني زندهہ رهڻ جو پڪو پهہ ڪيو يا اسان کي هڪ پيرو ائين لازمي ڪرڻو پئجي ويو تہ پوءِ اسان ان مان چا سکي سگهنداسون. مان هڪ باغائي بابت پڙهيو آهي يا پڌو آهي جنهن زراعت کاتي ڏانهن لکيو هو تہ مان اوهان جي چوپڙين Booklets ۾ لکيل هر هدايت تي عمل ڪيو آهي تہ گل قاصدي Dandelions مان جند ڪئين ڇڏائجي پر اهي نامراد مون وٽ اجا بہ موجود آهن."

ورنديءَ پوسٽ وسيلي ڪيس جواب مليو تہ، "سائين جيڪڏهن توهان اسان جي هر هدايت تي عمل ڪيو آهي، پر ان هوندي بہ گل قاصديءَ مان توهان جي جند ڪانہ ڇٽي آهي تہ ان حالت ۾ توهان جي لاءِ فقط هڪ رستو ڪليل آهي تہ توهان انهن سان پيار ڪرڻ سکو."

باب ڏهون

سنئين عادتن کي وڌيڪ مضبوط ڪيئن ڪجي ۽ خراب عادتن مان جند ڪهڙي طريقي سان آجي ڪجي؟

عادتون نمڪ حلال نوڪر ۽ بي انتها خراب آقا جيان هونديون آهن. **(ناٿينل امينس)**

مان سمجهان ٿو ته هن قسم جي ڪتاب ۾ سٺي ۽ خراب عادت تي بحث ڪرڻ نهايت ضروري آهي. تنهن ڪري مان عادت جي موضوع تي گهٽين شين جو ذڪر ڪندس، جن جو تعلق نفسيات Psychology ۽ نفسياتي طب Psychiatry سان آهي.

مان نفسياتي طب جو ماهر ڪونه آهيان ۽ نه وري نفسياتي علم جو ماهر آهيان، تنهنڪري هن قسم جي موضوع تي گهرو بحث ڪرڻ عقلمنديءَ جي ڳالهه ڪانه چئبي، پر هتي مان عادت جي موضوع تي پنهنجي خيالن جو اظهار ڪري رهيو آهيان، جيڪو ڪنهن اهميت کان خالي ڪونه آهي.

پهريائين مان هن باب جي عنوان جو حوالو ڏيندس، جنهن جا لفظ هي آهن ته عادت هڪ عجيب نمڪ حلال نوڪر جيان آهي، جيڪا توهان جي وقت جي بچت ڪندي آهي، توهان کي گهڻي تڪليف کان بچائي وٺندي آهي. ۽ توهان جي هر ڪم کي سولو ۽ سهنجو بنائي ڇڏيندي آهي.

هڪ عام چوڻي آهي ته، ”انسان جو ڀاڳ سٺين عادتن مان ڦٽي نڪرندو آهي“ مون کي يقين آهي ته هن چوڻيءَ ۾ حقيقت موجود آهي. جيڪڏهن توهان پاڻ کي صحت، وندر، جلد فيصلو ڪري وٺڻ، پڙهڻ ۽ ڪم ڪرڻ بابت سيکاريندا ته توهان کي پڪ سمجهڻ گهرجي ته توهان پاڻ ۾ ڪاميابي ۽ خوشيءَ جي عادت قائم ڪري رهيا آهيو.

ان جي خلاف جيڪڏهن توهان جي مٿان تمام خراب قسم جو ۽ بي انتها گهڻو بار هوندو ته توهان هيٺ پاتال ۾ پوندا ويندائو ۽ گنديون عادتون به خراب قسم جو وڏو بار هونديون آهن. خراب عادت هڪ ڪوڙڪي آهي،

جنهن ۾ انسان ڏاڍي سولائيءَ سان ڦاسي سگهندو آهي. جيڪڏهن ان مان نڪرڻ جو پڪو پهه ڪندو آهي تہ سولائيءَ سان نڪري بہ سگهندو آهي. هورس مئن Horace Mann جو چوڻ آهي تہ، ”عادت هڪ مضبوط رسو آهي ۽ ان جو هڪ سڳو ڏهاڙي اسان وٽيندا رهندا آهيون. هوريان هوريان اهو رسو ايترو مضبوط ٿي ويندو آهي جو ان کي ڇني ڪونہ سگهندا آهيون.“

توهان ڪا عادت ڇڏڻ چاهيو ٿا؟

گندين عادتن مان جند ڇڏائڻ جي طريقن تي تمام گهڻا ڪتاب لکيا ويا آهن. هڪ ماخذ Authority جو چوڻ آهي تہ توهان چاٽي ٻجهي پنهنجي عادت کي ورجائيندا رهندا آهيو، جيڪا گهڻن معاملن ۾ تعجب جهڙو ڪم ڪندي رهندي آهي. منهنجو خيال آهي تہ ان ڳجهيءَ عادت کي ظاهر ڪري بيهاريان ۽ پنهنجي ارادي سان ان کي ورجائي ڪائنس شعور طور آگاهي حاصل ڪريان.

مثال طور هڪ ماڻهو ٽائيپ ڪرڻ سکي رهيو آهي ۽ "e" جو اکر ٽائيپ ڪرڻ چاهي ٿو، پر هر ڀيري سندس هٿ غلط ڪيءَ Key تي لڳي وڃي ٿو. پهريون تہ اها معمولي قسم جي غلطي چئبي، پر جيڪڏهن ان غلطيءَ کي گهڻي وقت تائين ورجائبو رهبو تہ اها عادت بڻجي ويندي. ان عادت مان سولائيءَ سان جان آجي ڪرڻ جو صحيح طريقو هي آهي تہ ٿوري وقت لاءِ ارادي سان يا شعوري طور ان غلط ”ڪيءَ“ تي هٿ هڻندو رهجي جيستائين ان بدران اوهان چاٽي واٽي يا شعوري صحيح ڪيءَ تي وڃي هٿ هڻو.

هيءُ طريقو ڪيترن ٻين مثالن ۾ بہ ڪم آڻي سگهجي ٿو. ڪن عادتن کي هڪ ڀيرو تحت شعور Subconscious مان ٻاهر ڪڍي سولائيءَ سان ختم ڪري سگهجي ٿو. هن طريقي کي هَڪڙائيپ ۽ وات سان ننهن ڪترڻ واري عادت کي ختم ڪرڻ واسطي بہ ڪم آڻي سگهجي ٿو. هن قسم جي عادت ڇڏائڻ لاءِ نفسيات جي ماهر کان علاج ڪرائڻ گهرجي.

گهڻيون عادتون اهڙيون بہ آهن، جن مان جند ڇڏائڻ لاءِ ورجاءُ وارو طريقو ڪتب آڻڻ غلط آهي. جيڪڏهن اوهان تماڪ واپرائڻ جي عادت ڇڏڻ چاهيو ٿا تہ گهڙي گهڙي حقو ڇڪڻ بيوقوفي چئبي.

گهڻن ماهرن جو مشورو آهي تہ عادت ارادي سان ختم ڪري سگهجي ٿي. اصل مقصد عادت ڇڏڻ آهي جيڪا اوهان جي خواهش آهي، ڪنهن عادت ڇڏڻ جو ڪو خاص رستو موجود ڪونہ آهي، اهڙو ڪو خاص طريقهٔ ڪار ڪونہ آهي، جنهن وَسيلي اهو مقصد حاصل ڪري سگهجي. چوڻ سولو

۽ ڪرڻ ڏاڍو ڏکيو هوندو آهي.

جيڪڏهن اوهان ڪنهن هَڪَڙَ کي چوندؤ ته اج کان وٺي قيامت تائين هَڪڙائپ ڇڏي ڏي ته اهو ماڻهو هڪڙائڻ ڇڏي ڪونه ڏيندو. هڪڙائڻ به ٻين عادتن جيان هڪ نفسياتي عمل آهي. ان عادت کي ختم ڪرڻ لاءِ نفسيات جو ماهر ئي واهر ڪري سگهي ٿو.

موجوده دور ۾ هي بحث هلي رهيو آهي ته خراب عادتن کي ڇڏائڻ لاءِ تنويم Hypnosis يا هترادو ننڊ يا ننڊ پڙهڻ اڪسير علاج آهي. هيءُ طريقو استعمال ڪرڻ سان ماڻهو حُقو يا ٻيڙي ڇڪڻ، وات سا نَنهن ڪترڻ، گهٽي ڪائڻ ۽ بي خوابي Insomnia جي عادت مان ڪاميابيءَ سان جند ڇڏائي چڪا آهن.

پر جيڪڏهن اهڙن مريضن جي پرگهور هڪ ڊاڪٽر ڪندو ته هن طريقي وارو علاج ڏاڍو ڪامياب ثابت ٿي سگهي ٿو. تنويمي يا ننڊ پڙهڻ وارو علاج به جيڪڏهن ڪا مدد ڪري سگهي ٿو ته ٺيڪ، پر اهو ٿور- وقتو ثابت ٿيندو. مريض جيسائين تنويمي عمل ذريعي تابع رهندو ته علاج ٿيندو رهندو ۽ جيڪڏن نه ته اهو گندي عادت جو مريض ڏاڍي شدت سان وري حملو ڪري سگهي ٿو.

ٻي ڳالهه جيڪا نهايت اهم به آهي ته هڪ عادت ڇڏڻ کان پوءِ مريض ۾ ٻي عادت پئجي ويندي آهي، جيڪڏهن اوهان ننڊ پڙهڻ وسيلي تماڪ واپرائڻ جي گندي عادت ڇڏي ڏني ته توهان ۾ وات سان ننهن ڪترڻ جي. عادت پئجي ويندي. جيڪڏهن هن طريقي واري علاج سان اوهان گهٽي ڪائڻ جي عادت ڇڏي ڏني ته تماڪ ڇڪڻ شروع ڪري ڏيندا، جيڪو اڳئين کان گهٽو هوندو. ان ناتي مان هن ڳالهه تي زور ڏيندس ۽ مان سمجهان ٿو ته گندي عادت کي ڇڏائڻ جو بهترين طريقو هي آهي ته ڏٺو وڃي ته مريض ان کي ڇڏڻ جو شديد خواهشمند آهي يا نه. ڪي ماڻهو اهي دانهون ڪندا ٻڌبا آهن ته هو اهڙا ڳڙنگ موالي آهن، جو تماڪ واپرائڻ ڇڏي ڪونه ٿا سگهن، پر جيڪڏهن اهي تماڪ واپرائڻ جي گنديءَ عادت کي ڇڏڻ جا شديد خواهشمند آهن ته اهي تماڪ واپرائڻ ڇڏي سگهندا. ليڪن گهڻن کي تمام واپرائڻ مان جان ڇڏائڻ جو ڪو ارادو ئي ڪونه آهي. اهي تماڪ واپرائي ڏاڍا خوش ٿيندا آهن ۽ سمجهندا آهن ته اها عادت ڪنهن معذور ماڻهوءَ کي جڻ لٺ جهڙي ٽيڪ آهي، تنهن ڪري ان کي سنو سمجهندا آهن ۽ لڳاتار استعمال ڪندا رهندا آهن.

گلوبند Tie جي مرض کان سواءِ هڪڙائپ يا ڪن ٻين اهڙين عادتن جو

ڪارڻ نفسياتي هوندو آهي. اها ڳالهه اوهان پنهنجو پاڻ کان به پڇي سگهو ٿا. ڇا اوهان پنهنجون گنديون عادتون ڇڏي سگهو ٿا؟

مان سمجهان ٿو ته اوهان مون سان هن ڳالهه تي ضرور متفق ٿيندا ته اوهان انهن گندين عادتن مان ڏاڍو لطف اندوز ٿي رهيا آهيو.

مان اوهان کي فقط هي مشورو ڏيندس ته دانهون ڪرڻ ڇڏي ڏيو ۽ هن بابت ڪم ڪرڻ شروع ڪري ڏيو ته اوهان هِن يا هُن گنديءَ عادت کي ڇڏي ڏيڻ جا شديد خواهشمند آهيو. جيڪا اوهان ۾ گهر ڪري وئي آهي.

ان بدران نئين عادت پيدا ڪري سگهجي ٿي.

اوهان ڪوشش ڪري پنهنجي گندي عادت جي جڳهه تي پاڻ ۾ هڪ سٺي عادت پيدا ڪري سگهو ٿا. جڏهن اوهان کي محسوس ٿئي ته اوهان هر وقت وات سان نُنهن ڪتري رهيا آهيو ته توهان اهو ڪم ڪرڻ شروع ڪري ڏيو. جيڪو اوهان ڏکهي عرصي کان وٺي تاريندا پيا اچو. جڏهن اوهان تماڪ واپرائڻ واري عادت ڇڏڻ جو پڪو ارادو ڪري چڪا آهيو ۽ اوهان کي تماڪ جي ڏاڍي ڀاڙ لڳي آهي ۽ اوهان گهر کان پري آهيو ته ڪنهن ماٺهوءَ ڏانهن خط لکڻ شروع ڪري ڏيو جنهن ڏانهن لکڻ لاءِ اوهان گهڻي وقت کان رادو ڪندا رهيا آهيو يا اهڙيون ٽيليفونون ڪرڻ شروع ڪري ڏيو. جن کي توهان ڪڏهن ملتوي ڪري ڇڏيو هو يا اهڙو ڪتاب پڙهڻ شروع ڪري ڏيو. جنهن کي اوهان هن وقت تائين کوليو ئي ڪونه آهي. ان وقت سگريٽ ايترو پري رکي ڇڏيو. جتي توهان جي ٻانهن پهچي نه سگهي.

مان سمجهان ٿو ته اسان کي اهڙيون عادتون به ورجائيندا آهيون ڇاڪاڻ ته اسان کي خبر نه هوندي آهي ته انهن کان پاسي وارا ماڻهو ڪاوڙيا آهن، يا اسان کي اها خبر ڪانه هوندي آهي ته انهن بڇڙين عادتن کان پنهنجا پَلَوَ آجا ڪهڙيءَ ريت ٿي سگهن ٿا. هاڻي اوهان اهو ڪم پنهنجو پاڻ ڪريو. اهڙين عادتن بابت سوچيو ويچاريو. جيڪي اوهان جو عضوو ٻُڇي ويون آهن. اهو به غور فڪر ڪرڻ گهرجي ته انهن مان ڪيتريون جُرم آهن؟ جيڪڏهن اوهان کي موقعو ملي ته دوستن کان به پنهنجين عادتن بابت معلومات حاصل ڪريو. هتي توهان کي انتها سچيت ٿيڻو پوندو. وليم جئمس William James هڪ ڀيري چيو هو ته. "اسان جي خواهش هوندي آهي ته دوست اسان جن گندين عادتن بابت اسان کي ٻڌائن ته فلاڻي گڏهه دوست جي گندين ڳالهين کي اسان برداشت ڪري ڪونه ٿا سگهون."

پر پلو اهو آهي تہ توهان پنهنجن گندين عادتن کي پاڻ محسوس ڪريو. گهٽ ۾ گهٽ اوهان کي هي تہ چاٽڻ کپي تہ اوهان گندين عادتن مان جند ڪهڙي طريقي سان آجي ڪري سگهو ٿا ۽ اوهان ائين ڪرڻ جي شديد خواهش رکو ٿا. اها بہ ڪوشش ڪريو تہ جيئن گندي عادت جي جڳهہ تي اوهان ۾ هڪ سٺي عادت پيدا ٿئي. اراسمس Erasmus جو چوڻ آهي تہ،
"مان پنهنجو ننهن ٻئي ننهن جي مدد سان لاهي ورتو آهي، اهڙيءَ ريت هڪ عادت جي جڳهہ تي پاڻ ۾ ٻي عادت پيدا ڪري ورتي اٿم."

للڪارڻ جهڙي خيال جو ذڪر ڪنهن ٻئي هنڌ بہ ڪيو ويو آهي. جنهن وسيلي هڪ گندي عادت مان جان ڇڏائي سگهجي ٿي. توهان پاڻ ۾ هڪ ذهني شرط Wager رکو اوهان وري گندين عادتن جي ويجهو بہ ڪونہ ويندا. جيڪڏهن اوهان خاص عادت کي شڪست ڏيڻ جا شديد خواهشمند آهيو تہ اهڙي ڳالهہ اوهان پنهنجي پڳ مٽ يارن کي ٻڌايو. ڪين واهر لاءِ ٻاڏايو جيڪڏهن اوهان پنهنجي اٽل ارادي کان هٽي ٿا وڃو ۽ جيڪڏهن اهي ضروري سمجهن تہ توهان تي ٺٺوليون ۽ ڏَنَڪون ڪن. انهيءَ طريقي وسيلي توهان مجبور ٿي ويندا. ڇاڪاڻ تہ دوستن جي ٺوڪن ۽ چٿرن کان بچڻ لاءِ توهان وٽ گندي عادت ڇڏڻ کانسواءِ ڪو ٻيو دڳ بہ ڪونہ هوندو.

توهان کي الڪهولڪ ائنانيمس Alcoholic Anonymous جي ٽئنٽي فور آوَر ڪلب 24 Hour club وارو خيال بہ آزمائي ڏسڻو پوندو. مون کي هن ڪلب ۾ پنهنجي ڪرتبن جي مظاهري ڪرڻ دوران هن ڳالهہ جو پتو پيو هو. هن کي ٽئنٽي فور ڪلب انهيءَ ڪري سڏيو ويندو آهي، جو هتي چوويهہ ڪلاڪ ساندهہ شراب کي هٿ بہ لايو ڪونہ ويندو آهي.

هتي جا ميمبر پاڻ کي هن طريقي سان ٻولائيندا آهن تہ مان اڄ شراب جي ويجهو بہ ڪونہ ويندس. مون کي پاڻ تي مڪمل اعتماد آهي جو مان هڪ ڏينهن شراب کي ڇهندس بہ ڪونہ. سڀاڻي دل تي چڪا چاڙهيندس پر اڄ مون پاڻ کي روڪي رکيو آهي."

ٻئي ڏينهن بہ هو ساڳي ڳالهہ ورجائيندا آهن. جيڪڏهن اوهان ڪنهن شيءِ کي هميشہ لاءِ ڇڏڻ ٿا چاهيو تہ اهڙي ڳالهہ هڪ ڀيانڪ ڏيک پيدا ڪري سگهي ٿي. پر جيڪڏهن هڪ ڏينهن جي قرباني Sacrifce ڏانهن ڏنو وڃي ٿو تہ ان کي سولائيءَ سان سهي بہ سگهجي ٿو.

گهڻي وقت گذري وڃڻ کان پوءِ اهڙيءَ عادت جي پاڙ ختم ٿي ويندي آهي يا اهڙي عادت کي ڪجهہ وقت لاءِ روڪي سگهبو آهي. هن قسم جي

جهيڙي ۾ سوپ ۾ سرسي نيٺ اوهان جي ٿيندي آهي.

جيڪڏهن ڪنهن گندي عادت کي ڇڏڻ لاءِ پڪو ارادو ڪري چڪا آهيو ته هن نسخي کي به آزمائي ڏسو. اميد افزا نتيجا ڏسي اوهان کي ڏاڍو تعجب لڳندو.

هن قسم جي موهيندڙ سوپاتن آڏو آڻ نه مجيو. دوست اوهان کي چوندا ته "يار پئين ڇو نه ٿو؟ يا هڪ پيرو ته پيءُ. بس هن کان پوءِ وري نه پئجانءِ."

توهان کي هيءَ ڳالهه چڱيءَ ريت ياد رکڻ گهرجي ته جيڪڏهن اوهان هڪ پيرو پنهنجي اٽل ارادي تان هٽي ويا ته مذڪوره گنديءَ عادت جي اهڙو ته ور چڙهي ويندا جو اوهان جي لاءِ جان ڇڏائڻ ڏاڍي ڏکي ٿي پوندي.

تنهن ڪري اوهان هنن خيالن کي آزمائي ڏسو پاڻ کي للڪاريو ۽ دوستن کي نيند ڏيو ته جيڪڏهن اوهان پنهنجي ارادي کان هٽي ٿا وڃو ته اهي توهان تي کلن. ٺٺوليون ۽ چٿرون ڪن. توهان چوويهن ڪلاڪن واري نسخي کي به آزمائي ڏسو ۽ ڪنهن ننڍي وڏي ترغيب ڏانهن اک وٺائي به نه ڏسو. اها ڳالهه ڪجهه وقت ۽ محنت به وٺندي پر نيٺ ڪاميابي اوهان جي ٿيندي.

توهان ورهن کان وٺي ڪجهه نه ڪجهه ڪري رهيا آهيو. ڪي ڳالهيون اهڙيون آهن. جيڪي اوهان زندگي ڀر ڪندا آيا آهيو، تن کي ڇڏڻ ڏاڍو ڏکيو آهي. توهان کي سولي ڳالهه سمجهڻ به گهرجي، پر جيڪڏهن اوهان ۾صحت، شهرت، خوشين ۽ ڪاميابيءَ کي ڇيهو رسائيندڙ ڪي عادتون موجود آهن ته توهان انهن کي ڇڏڻ جو پڪو پهه ڪريو. مان به اوهان کي زوردار تاڪيد ڪريان ٿو ته اهڙين عادتن لاءِ حقيقي ۽ صحيح معنيٰ ۾ جاکوڙڻ گهرجي. اها به حقيقت آهي ته انهن عادتن کي ڇڏڻ ايڏو سولو به ڪونه آهي. جڏهن توهان اهڙين عادتن کي ڇڏڻ ۾ سوپارا ٿيندا ته اوهان کي ڏاڍو تعجب ٿيندو. مارڪ ٽوائن Mark Twain چيو آهي ته، " عادت کي دريءَ کان ٻاهر اڇلي ڪونه ٿو سگهجي، پر ان کي ڏاڪڻ جي ڏاڪي تي ترڪائي منجهائنس جان آجي ڪري سگهجي ٿي." توهان کي انهيءَ قسم جا طريقا ڪتب آڻي گندين عادتن مان جند ڇڏائڻي آهي.

گندين عادتن مان جند ڇڏائڻ جي ڪنجي گهرو سوچڻ آهي

مون هن ڪتاب ۾ گندين عادتن مان جند ڇڏائڻ جي موضوع کي ٿوري جڳهه ڏني آهي. پر پاڻ ۾ سٺيون عادتون ڪهڙي ريت پيدا ڪري سگهجن

ٿيون؟ مان هن لاءِ فقط هي چئي سگهان ٿو تہ سٺي عادت پيدا ڪرڻ لاءِ پهرين ڳالهہ هيءَ آهي تہ پاڻ ۾ اهڙين شين ڪي ڏهاڙي ورجائڻ جي هير هڻڻ کپي. وقت واري باب ۾ مان هن حقيقت جو ذڪر ڪيو آهي تہ وقت بچائڻ جي عادت سٺي آهي ۽ اها واقعي وقت بچائي سگهي ٿي.

مان اهڙن ڪيترن ماڻهن کي سڃاڻيندو آهيان، جيڪي ساڳي شيءِ ٻہ ڀيرا ڪري ڪونہ سگهندا آهن. ان جو ڪارڻ اهو آهي تہ هو گهرو سوچي ويچاري ڪونہ سگهندا آهن. اوهان هر ڪم ڏيان ۽ گيان سان ڪرڻ سکو تہ اهو ڪم ڇا هو؟ ڪيئن ٿيو ۽ ڪٿي ٿيو!؟؟ ائين ڪرڻ کان ٿورو پوءِ اوهان ۾ سٺي عادت پئجي ويندي. ان کان بعد اهڙن ڪمن بابت وري ڪڏهن اوهان کي گهري سوچڻ جي ضرورت ڪانہ پوندي ۽ عملي طور اهي پنهنجي سار سنڀال پاڻ لهنديون.

جيڪڏهن اوهان کي ٽٿ پيسٽ تي ٻُجي نہ ڏيڻ جي عادت آهي تہ توهان کي ٻجي ڏيڻ بابت گهرو سوچڻ کپي. ڏندن کي برش هڻڻ وقت ان بابت سوچي سگهو ٿا. جيڪڏهن اوهان ائين ڪندو تہ لاشعوري طور تي ٽيوب تي ٻُجي ڏئي ڇڏيندا. جنهن جي اوهان کي خبر ئي ڪانہ پوندي ۽ اها از خود عادتي سرگرميءَ جو روپ ڌاري وٺندي.

توهان کان جيڪڏهن پيچدار ٽونٽي چڱيءَ ريت ڦيرائي پاڻي بند ڪرڻ وسري ويندو آهي. اوهان بستري ۾ هوندا آهيو ۽ رات جو پاڻيءَ جي ٽپ ٽپ تي ڪاوڙجي پوندا آهيو. ان کي بند ڪرڻ لاءِ اٿي ڪڙا ٿيندا آهيو. توهان کي ٽونٽي ڦيرائڻ مهل سوچڻ گهرجي. ان کان پوءِ اوهان کي پڪ ٿي ويندي تہ اها هاڻي سک تي وئي آهي ۽ پاڻي ڪونہ وهندو. هي ڪم ٻن ٽن ڏينهن لاءِ نهايت خبرداريءَ سان ڪرڻ گهرجي تہ عادت ٿي ويندي. جيڪڏهن ٽونٽي کي سُک ڪرڻ کان پوءِ پاڻي وهي ٿو تہ پوءِ پلمبر کي آڻجي.

جيڪڏهن شروعات ۾ ئي ٿورو ڌيان ڏبو تہ وقت بچائي وٺبو ۽ پورهيو بہ ٿورو لڳندو، جڏهن هڪ ڀيرو توهان ۾ ڪا عادت پئجي وئي تہ پوءِ اوهان کي ٿوري گهٽي سوچڻ جي ضرورت ڪانہ پوندي ۽ اهڙيون ننڍڙيون ڳالهيون جهڙوڪ "غسلخاني جو پاڻي بند ڪيم الائي نہ!" يا " در کي جندو يا تالو ڏنم الئي نہ! " عادت پوڻ ڪريِ لنوائي سگهجن ٿيون.

مان سمجهان ٿو تہ ٻاهر نڪرڻ مهل ڪپڙن پائڻ جيان گهر کي تالو ڏيڻ بہ ياد هوندو آهي.

اوهان ٿوري وقت اهي سڀ ننڍڙيون شيون نهايت خبرداريءَ سان ڪريو

پوءِ اوهان کي ائين ڪرڻ جي پاڻهين عادت پئجي ويندي جنهن جو اوهان کي ڪو احساس ئي ڪونه ٿيندو.

مان اهڙن ڪيترن ڪامياب ماڻهن کي ڄاڻيندو آهيان، جيڪي پنهنجو وقت تخليقي سرگرمين تي خرچ ڪندا آهن. ڇاڪاڻ ته انهن ماڻهن سکي ورتو آهي ته ڏنڊو ڪهڙي ريت ازخود هلي سگهي ٿو. جيڪڏهن معمولي، ضروري، ننڍا ۽ وڏا ڪم ڏهاڙي ورجائبا ته عادت پئجي ويندي.

اجايو ڳڻتين ۾ ڳرڻ هڪ گندي عادت کان وڌيڪ ڪجهه به ڪونه آهي.

توهان گهڻو ڪري هر صبح جو بستري مان چڙيل ۽ ڪاوڙيل اٿندا آهيو. توهان پاڻ ۾ هيءَ عادت پيدا ڪريو جو آئيني ۾ منهن ڏسڻ مهل مسڪرايو. اوهان کي اها ڳالهه چريائي جهڙي معلوم ٿيندي. پر ڏهاڙي ائين ڪندا رهو. توهان کي تعجب ٿيندو ته توهان ۾ هڪ سٺي تبديلي اچي رهي آهي. خوش رهڻ پنهنجي هير (عادت) بڻايو. ائين ڪري اوهان پنهنجي زندگي مزيدار بنائي سگهو ٿا. اهو عمل خيال ڪرڻ کان به، جلديءَ ۾ ڪري سگهجي ٿو.

مان هڪدم فيصلو ڪرڻ واري عادت جي صورت تي ڪنهن به قسم جو زور ڏئي ڪونه ٿو سگهان. فيصلي نه ڪرڻ واري عادت نه رڳو وقت جو زيان هوندي آهي، پر ان سان گڏ غم ۽ اداسيءَ جو به ڪارڻ هوندي آهي. هن قسم جي گنديءَ عادت کان پاسي ڪرڻ واسطي باب ستين ۾ گهڻو ڪجهه چيو ويو آهي. وليم جيمس جو چوڻ آهي ته ان ماڻهوءَ جهڙو ڪير بدقسمت ڪونه آهي، جنهن ۾ فيصلي ڪرڻ جي طاقت ڪانه هوندي آهي.

ٻين کي آزمائش ۽ آرام ڏيڻ واسطي ڪوشش ڪرڻ جي عادت هئڻ گهرجي.

توهان کي پنهنجي مسئلن بدران ٻين جي ننڍڙن نڍڙن مسئلن بابت سوچڻ ويچارڻ کپي. ائين ڪرڻ سان توهان جا غم ۽ اداسيون دور ٿي وينديون ۽ توهان جي مزاج جو هترائڻ يا بڏتر واري خاصيت به ختم ٿي ويندي.

جيڪو ماڻهو هترائيندو آهي ۽ ڪوبه فيصلو ڪري نه سگهندو آهي سو غير مطمئن Uncomfartable ۽ بي چين Uneasy هوندو آهي. اهڙو ماڻهو خود احساسيءَ جو شڪار Self Conscious هوندو آهي. کيس سدائين اها اڻ تڻ لڳل هوندي آهي ته ماڻهو هن بابت الائي ڇا سوچيندا آهن؟ جيڪڏهن اوهان ۾ ٻين جي معاملن ۾ دلچسپي وٺڻ جي عادت پئجي وئي ۽ انهن جي آرام ۽ آسائش لاءِ سوچڻ شروع ڪيو ته توهان کي پنهنجي لاءِ سوچڻ جو موقعو ئي ڪونه ملندو. توهان کي هيءَ ڳالهه ياد رکڻ گهرجي ته هرڪو ماڻهو اهو

سوچيندو آهي تہ ٻين ماڻهن جو هن بابت ڪهڙو خيال آهي. هرهڪ ماڻهوءَ جو اهو خيال هوندو آهي تہ سندس دوست ۽ واقف ڪار هن ڪان باخبر هجن ۽ ڪيس پسند ڪرڻ وارن نظرن سان ڏسن. تنهنڪري اهڙي سوچڻ وارا توهان اڪيلا ماڻهو ڪونہ آهيو پر توهان سان گڏ گهڻا آهن.

هڪ ڀيرو جڏهن اوهان کي اها ڳالهہ معلوم ٿي ويندي تہ توهان کي ڪوبہ شرم ۽ هٽر ڪونہ ٿيندو. ڇاڪاڻ تہ اسان سڀ ساڳيءَ ٻيڙيءَ تي سوار آهيون.

عادت بابت منهنجا ٻيا بہ خيال ۽ ويچار آهن مان سمجهان ٿو تہ اوهان وٽ بہ عادت بابت ڪي اهم خيال ويچار هوندا.

مون بہ ڪي شيون حاصل ڪري ورتيون آهن. توهان انهن کي ڪم آڻي ۽ آزمائي ڏسو توقع آهي تہ اهي اوهان لاءِ ڪمائتيون ثابت ٿينديون.

باب يارهون

جيڪڏهن اوهان ڪامياب ٿيڻ ٿا چاهيو تہ ٻين تي اعتماد ڪريو

هڪ ماڻهو پنهنجي ننڍي پٽ، کي ڪتابن جي ڪٻٽ مٿان ٻيهاري پنهنجون ٻانهون ڏانهس وڌائي، ڪيس چيو تہ، "ٻچا هيٺ ٽپ ڏئي منهنجي ٻانهن ۾ چنبڙي پؤ." ٻار ڊڄي ويو هو تنهنڪري هترائڻ لڳو.

تنهن تي پٽس کيس چيو پٽ ڊڄ ڊپ نہ ڪر. ٽپ ڏي مان توکي هڪدم جهٽي وٺندس. پر پوءِ بہ ڇوڪرو ڊڄ کان سڏڪا ڀري رهيو هو.

اهو ڏسي پٽس کيس چيو تہ، "ڏس پٽ مان تنهنجو پيءُ آهيان، مان توکي چوان ٿو تہ هيٺ ٽپ ڏي مان توکي جهپي وٺندس."

نيٺ ٻار اکيون ٻوٽي هيٺ ٽپ ڏنو. پٽس کيس جهپڻ جي ڪوشش ڪانہ ڪئي ۽ هو ڌو ڪري وڃي فرش تي ڪريو. هن اکيون کولي پيءُ ڏانهن ڏٺو، جن مان ڏک لڳڻ ڪري ڳوڙها وهي رهيا هئا. ان وقت سندس پيءُ کيس چيو تہ، "هيءُ ڏک توکي سبق سيکاريندو تہ ڪنهن ماڻهوءَ تي اعتماد ڪرڻ نہ گهرجي."

گهڻا ڪتاب آهن جن جي تحرير ڏاڍي خوبصورت هوندي آهي جن کي آءٌ ٻلو اسڪاءِ Blue sky جو قسم سڏيندو آهيان. هن قسم جي ڪتابن جو اسلوب تہ لاجواب هوندو آهي، پر منجهن هوندو ڪجهہ بہ ڪونہ آهي. مان هنن ڪتابن کي نهايت خراب ۽ ڏوهاري سمجهندو آهيان، ڇاڪاڻ تہ اهڙا ڪتاب تبليغ کان سواءِ ٻيو ڪجهہ بہ ڪونہ هوندا آهن ۽ هدايتون ڪندا آهن تہ، "اوهان ۾ يقين هئڻ گهرجي" يعني خدا ۾ ايمان رکو ۽ پاڻ تي ڀروسو ڪريو.

توهان مهرباني ڪري منهنجي هن ڳالهہ کي صدمي جيان محسوس نہ ڪندا. منهنجو هڪ قول آهي تہ پنهجن گهاٽن دوستن کان سواءِ ڪنهن ٻئي ماڻهوءَ سان ڪڏهن بہ مذهب ۽ سياست تي بحث نہ ڪندا ڪريو. ان کان پوءِ بہ مان ڏاڍو محتاط رهندو آهيان، ڇاڪاڻ تہ هن قسم جي موضوعن تي بحث ڪرڻ کان پوءِ کي ويجها دوست ڇرڪي پاسو ڪري ويندا آهن.

دماغي طاقت جا راز

مون کي گهڻو وقت اڳ اهو احساس ٿيو هو ته ڪنهن کي اهڙي سوچ ڏيارڻ حقيقي لحاظ سان ناممڪن آهي. منهنجي مذهبي سوچ ٻئي ماڻهوءَ جي مذهبي سوچ ڪان وڌيڪ بهتر ۽ منطقي آهي يا منهنجي سياسي پارٽي ٻئي ماڻهوءَ جي سياسي پارٽيءَ کان وڌيڪ بهتر آهي، جنهن کي هو پنهنجو ووٽ ڏئي رهيو آهي، تنهن ڪري اهڙيون ڳالهيون ڪري پنهنجا هروڀرو دشمن ڇو بنائجن؟ مان انهن ڳالهين تي تمام گهٽ بحث ڪندو آهيان.

مان هن قسم جو ذڪر ڪري اوهان کي يقين ڏيارڻ جو ڪوشش ڪري رهيو آهيان ته جڏهن مان هي ذڪر ڪريان ته جيڪي ڪتاب خدا ۾ ويساهه ڪرڻ تي زور ڏيندا آهن، تن ۾ عقيدي جو اظهار هوندو آهي. هن وقت مان مذهب تي بحث نه ڪري رهيو آهيان.

ان موضوع تي آئون هڪ مڪمل ڪتاب ڇونه لکان؟ ڇاڪاڻ ته مون کي اها چڱيءَ ريت ڄاڻ آهي ته نوي في سيڪڙو ماڻهو اهو ڪتاب پڙهندا. توڙي جو سندن مذهبي نظريا هڪ جهڙا به ڪونه هوندا آهن. ڪين اهڙي اعتماد جي اڳئين کي خبر به هوندي آهي؟ اهي منهنجي هن نقطه نظر کي ضرور قبول ڪندا، ته خوشحال زندگيءَ لاءِ الله ۾ ايمان رکڻ نهايت ضروري آهي.

پر اهو به سوچڻ نه گهرجي ته خدا تعاليٰ اهو ڪونه چاهيندو هوندو ته اسان پنهنجن مسئلن ۾ دلچسپي نه وٺون؟ مان سمجهان ٿو ته هو اهو ڪونه چاهيندو هوندو ته ساري زندگي هر ڪم لاءِ منجهس آسرو رکيو وڃي، پنهنجي مدد واسطي ڪک پڇي پيٺو نه ڪيو وڃي.

هرهڪ ماڻهوءَ کي خدا دماغ ڏنو آهي ته جيئن اسان پنهنجي ڀلي لاءِ سوچيون ويچاريون. مان سمجهان ٿو ته خدا تعاليٰ هيءَ سوڪڙي اسان کي ڪنهن خاص مقصد لاءِ ڏني آهي. هن جي اها به خواهش آهي ته مٿس رڳي آس آسرو نه رکون پر پنهنجو سعيو ۽ محنت به ضروري آهي.

مان هن جي وضاحت هن طريقي سان ڪرڻ جي ڪوشش ڪري رهيو آهيان ته خدا تي ڀروسو رکڻ هڪ ته سٺو گڻ آهي ٻيو ته اسان جي ضرورت به آهي. جيڪڏهن هن قسم جو تصور وڌيڪ مقبول عام ٿيندو ته وڌيڪ مددگار ثابت ٿيندو. ٻين لفظن ۾ هن ريت به چئي سگهجي ٿو ته خدا کان سواءِ ٻين ۾ ويساهه ڪرڻ به نهايت ضروري آهي، يعني انسان ذات ۾ مڪمل اعتماد اهڙو اعتماد ۽ ويساهه به مٿس ايمان ۽ ڀروسي جيترو اهم آهي. جڏهن انڊريو ڪارنيگي (Andrew Carnagie) کان سندس ڪاميابيءَ جي راز بابت سوال ڪيو ويو ته هن ٺهه پهه وراڻيو هو ته، "مون کي پاڻ تي

ڀروسو هو. پنهنجي ڏنڌي تي ڀروسو ۽ ٻين ماڻهن تي ڀروسو هو."

جيتري قدر منهنجو خيال آهي ته جيڪي ماڻهو ديني ڪتاب پڙهندا آهن ۽ ڪين اهو ويساهه هوندو آهي ته خدا ۾ ايمان ۽ ڀروسو سندن سارا مسئلا حل ڪري ڇڏيندو، تن جي ڪير به مدد ڪونه ڪندو آهي. اهو ماڻهو ڪيڏو نه ڏاهو هو جنهن سڀني ڪان پهريان هيءَ دعا گهري هئي ته، "اي پروردگار! تون انهن ماڻهن جي وهر ڪر جيڪي پنهنجي واهر ڪري رهيا آهن."

اها هڪ سني ڳالهه آهي جو اوهان سوچيو ته جيڪو ڪجهه اوهان ڪري رهيا آهيو. تنهن جو نتيجو بهتر نڪرندو. پر اهو سوچڻ غلط آهي ته، "مان ڪڪ ڀيچي ڀيٺو به نه ڪريان ۽ منهنجي ڏنڌي جي سار سنڀال ٻاڻ خدا ڪندو." مان هن قسم جي تصور جي سخت خلاف آهيان.

ٻين تي ڀروسي ڪرڻ سان توهان کي ڪهڙو فائدو ملندو؟

اڄ ۽ اڄوڪي دور ۾ ماڻهو کي خشڪ مزاج ۽ مسرتن کان بيزار Cynical نه هئڻ گهرجي. جيڪڏهن هو خشڪ مزاج ۽ مسرتن کان بيزار ٿي پيو ته اهو ماڻهو مڪمل طور غير مطمئن ۽ نا خوش آهي. جيڪڏهن ڪنهن اڳهي ماڻهوءَ کي سگهي ٿيڻ بابت آس ۽ ڀروسو آهي ته اها هڪ سني ڳالهه آهي. پر ان سان گڏ ڪيس پنهنجي ڊاڪٽر ۾ به ويساهه هئڻ گهرجي.

مان اهڙن ماڻهن کي سڃاڻندو آهيان، جيڪي سدائين چوندا آهن ته ڪين ڊاڪٽرن ۾ ويساهه ئي ڪونه آهي. پر جڏهن ڪين اوچتو ڪو سور ٿي پوندو آهي ته سندن خيالن ۾ اوچتي تبديلي اچي ويندي آهي. ڪي ماڻهو اهڙا به آهن جيڪي ضرورت وقت به ڊاڪٽرن وٽ ڪونه ويندا آهن ۽ پوءِ گهڻي خساري ۾ پئجي ويندا آهن.

شايد اهڙن ماڻهن کي ذاتي تجربو هوندو آهي. هو ڊاڪٽر وٽ ويا هوندا جنهن سندن مرض جي غلط سڃاڻ ڪئي هوندي. ان ڪري سندن علاج صحيح ڪونه ٿيو هوندو. جيڪڏهن ائين ٿيو به هوندو ته ڇا ٿي پيو. اهو ڪو مناسب سبب ڪونه آهي جو هڪ ڊاڪٽر جي غلطيءَ ڪري سڀني ڊاڪٽرن مان چڱائيءَ جو آسرو پلي ويهي رهجي. ائين ڪرڻ سٺو ڪونه آهي. بدقسمتيءَ سان ڪي ڊاڪٽر سٺا ڪونه هوندا آهن. جهڙيءَ ريت خراب وڪيل ۽ ڏندن جا خراب ماهر وغيره. پر انهن ڏنڌن ۾ ماهرن جو تعداد غلط ماڻهن کان تمام گهڻو آهي.

مان هيءَ ڳالهه ان لاءِ ڪري رهيو آهيان ته توهان پنهنجن مسئلن جي

حل لاءِ خاص شعبي جي ماهر کان مدد وٺو. اهو طريقو تمام بهتر آهي. ڪڏهن ته اهڙن ماهرن جي واهر کان سواءِ مسئلا حل ٿي ڪونه ٿيندا آهن.

ٻئي ماڻهوءَ تي ڀروسو ڪرڻ هڪ ڀرائي چوائي آهي، پر مان سمجهان ٿو ته ائين ڪرڻ ضروري به آهي. ڪيترا اهڙا ماڻهو به آهن جيڪي بنا ڪنهن ڪارڻ جي ڳڻتين ۾ ڳرندا ۽ جهورين ۾ پيا جهڄندا آهن ۽ سمجهندا آهن ته لکين مسئلا ڪين وڪوڙي ويا آهن. جيڪي حقيقي طور تي موجود ئي ڪونه هوندا آهن. سندن اهڙي بي چيني فقط انهيءَ ڪري هوندي آهي جو هو ٻين ۾ ويساهه ڪونه ڪندا آهن.

هڪ ڀيري جي ڳالهه آهي نيويارڪ شهر ۾ اهي هَل هلي ويا ته گئريج ۾ ڪارن بيهارڻ واري جاين Parking تي نيون گاڏيون چوري ڪري پراڻيون گاڏيون بيهاريون ٿيون وڃن. پر اهڙي هڪ به جاءِ هئي جتي اهو ڪم ڪيو ويندو هو ۽ ڪين پڪڙيو به ويو هو. اهي ڳالهيون ٻڌڻ سبب مون سان وري هيءَ ويڌن ٿيندي هئي جو مان جڏهن به پنهنجي ڪار پارڪنگ وٽ بيهاريندو هوس ته مون کي اهڙي ڳڻتي ورائي ويندي هئي. تنهن ڪري ڪيتريون ٿيٽر واريون گهڙيون ائين بي مزي گذري ويون ڇاڪاڻ ته مون کي ڪار جي چوري ٿيڻ جو چنتا لڳي پئي هوندي هئي تنهن ڪري دماغ ۾ ڊرامي جي ڪهاڻي جو سلسلو قائم رهي ڪونه سگهندو هو. نيٺ مون سياڻپ کان ڪم ورتو، مون سمجهيو ته هڪ ٻن ڪار پارڪنگ ۽ گئريجن جي ڪڏن ڪرتوتن ڪري سيني کي گندو سمجهڻ سنو ڪو نه آهي. ان کان پوءِ مون پڪو پهه ڪيو ته اهڙي ڳالهه ڌيان تي ڪانه آڻيندس.

اهڙن افواهن کي سال گذري ويا آهن، پر هن وقت تائين منهنجي ڪار چوري ناهي ٿي.

جئمس اي. گارفيلڊ James A. Garfield هڪ ڀيري چيو هو ته، ”مون پنهنجي زندگيءَ ۾ ڪيئي تڪليفون ڏٺيون، پر خراب ۾ خراب تڪليف ڪانه ڏٺي.“ تنهنڪري توهان کي غير ضروري ڳڻتيون چو ڪرڻ کپن. جيڪڏهن اوهان ائين ڪندا ته توهان وٽ اڳئي موجود ڳڻتين ۾ اضافو ٿي ويندو.

اوهان پنهنجي دماغ کي ڪن اهم ڪمن بابت سوچڻ لاءِ ڪتب آڻيو. ڪاسائي، نانوائي ۽ ڪار پارڪنگ جي ملازم جي نڱين بابت ڪا چنتا نه ڪريو. گهڻا ماڻهو ڀروسي جوڳا آهن ۽ پنهنجا ڪم ٻين ايماندار ماڻهن جيان ڪندا آهن، تنهنڪري توهان کي مٿن ڀروسو ڪرڻ کپي.

توهان کي هي سڀ ڳاليهون عام رواجي لڳنديون، پر ان بابت منهنجو

مشورو اهو آهي تہ توهان هن وقت کان وٺي ماڻهن ۾ بي اعتمادي ڪرڻ ڇڏي ڏيو. جيڪڏهن ائين نہ ڪندا تہ ساري زندگي اوهان جو وقت ۽ طاقت فقط ڳڻتين ڪرڻ ۾ گذري ويندي. ڇاڪاڻ تہ ٻين ماڻهن تي ڀروسو نہ ڪرڻ ڪا عام رواجي ڳالهہ ڪانہ آهي. ڊاڪٽر فرئنڪ ڪرين Dr Frank Crani چيو آهي تہ، ”جيڪڏهن اوهان ڪنهن تي تمام گهڻو اعتماد ڪندا تہ ٺڳجي ويندا، پر جيڪڏهن اوهان اعتماد نہ ڪندا تہ اوهان ذهني عذاب ڀوڳيندا رهندا.“

ڇا اهو سوچڻ صحيح آهي تہ ماڻهو توهان کان ڪو ناجائز فائدو وٺي رهيا آهن؟

هي خيال حياتيءَ جي هڪ يا گهڻن شعبن سان تعلق رکي ٿو. توهان کي پنهنجي ڌنڌي جو مثال وٺڻ کپي. مان ڪنهن ڌنڌي يا آفيس ۾ موجود عدم اعتماد ۽ ساز ڏانهن اشارونہ ڪري رهيو آهيان. پر گهڻا ماڻهو اهو ڇو سوچيندا آهن تہ هنن مان غلط فائدي وٺڻ جي ڪوشش ڪئي پئي وڃي؟ مان سمجهان ٿو تہ اهڙي سوچ ان ڪري پيدا ٿيندي آهي جو پنهنجن ساٿين ۽ پاڻ کان وڏن تي ڀروسو ڪونہ هوندو آهي.

جيڪڏهن اوهان انهن مان آهيو. جيڪي سدائين ويساهہ وسوڙل هوندا آهن ٻيا ڪانئن ناجائز فائدو وٺي رهيا آهن، يا هر ماڻهو سندس ويري ٻڌجي ويو آهي تہ هن قسم جي سوچ اچڻ مهل اوهان پنهنجي جيءَ ۾ جهاتي پائي ڏسو. انهيءَ مهل سمجهڻ کپي تہ اوهان سان ڪا ويڌن آهي. اها فقط اوهان ۾ اوڻائي آهي، جنهن کي دور ڪرڻ جي ضرورت آهي. پهرين وڏي کوٽ اوهان ۾ اها آهي جو سمجهندا آهيو تہ توهان ۾ ڪابہ کوٽ ڪانہ آهي، جنهن کي ٻاهر ڪڍي سگهجي. جيڪڏهن توهان جي سوچ اها آهي تہ پوءِ اوهان پاڻ اهڙيون اوڻايون ڪڍي ڪونہ سگهندا. جيڪڏهن توهان کي احساس آهي تہ توهان ۾ ڪا اوڻائي آهي تہ ان وقت اهو احساس ڇڏي ڏيو تہ ڪي ٻيا ماڻهو اوهان مان غلط فائدو وٺي رهيا آهن.

وڏي ۾ وڏي خراب شيءِ اها آهي تہ ماڻهو پنهنجي اوڻاين کان بي خبر هوندو آهي. ڪوڙيءَ انا جي ڪري سمجهيو ويندو آهي تہ منهنجون خاميون ٻين جي خوبين کان وڌيڪ بهتر آهن.

توهان جو هن قسم جو رويو پنهنجي ڌنڌي يا ڪنهن ٻئي معاملي ۾ ڏاڍو نقصان پهچائي سگهي ٿو. مثال طور توهان جي اعليٰ عملدار، ترقي ڏيئي وائيس پريزيڊنٽ جو عهدو ڪنهن ٻي ماڻهو کي ڏئي ڇڏيو آهي. توهان جي

سوچ آهي تہ ان عهدي لاءِ وڌيڪ موزون ۽ لائق ماڻهو اوهان آهيو. ڇا واقعي اوهان ان عهدي جي اهل هئا يا فقط سوچي رهيا هئا تہ اوهان ان نئين عهدي جي اهل هئا؟ توهان جي دماغ اندر ڪيئي سبب ڦرندا هوندا تہ توهان کي ان عهدي لاءِ ڇو نہ چونڊيو ويو؟

توهان جو اعليٰ عملدار توهان جي پيٺ ۾ ٻئي کي وڌيڪ پسند ڪري ٿو. اهو ماڻهو هن سان گولف کيڏندو آهي ۽ سندس دعوتون کائيندو آهي وغيره.

مان سمجهان ٿو تہ ڪيترن معاملن ۾ اهي ڳالهيون اهم هونديون آهن. ڪيترا تجارت پيشہ ماڻهو پنهنجن اهڙن ماتحتن جي ترقيءَ ۾ دلچسپي وٺندا آهن، جيڪي پنهنجي شعبي ۾ اهل هوندا آهن. توهان کي پنهنجي اعلي عملدار ۾ ڀروسو هئڻ کپي ۽ اهو ويساهہ هئڻ کپي تہ هو فقط پنهنجي ترقيءَ ۾ دلچسپي وٺي رهيو آهي.

هن حقيقت سان گڏ اهو بہ سوچڻ کپي تہ توهان جو مخالف، اعليٰ عملدار سان گولف کيڏي ٿو ۽ جيڪڏهن کيس اضافي ذميواريون سونپيون ويون تہ هو توهان کان وڌيڪ ڦڙتيءَ سان انهن کي نباهي پورو ڪندو؟

ڇا هو پنهنجو ڪم توهان کان وڌيڪ سرت ۽ سچيتائي سان مڪمل تہ ڪونہ ٿو ڪري؟ جڏهن کيس کي اضافي ڪم ڪرڻا پون ٿا تہ هو ڪنجهي ڪرڪي تہ ڪونہ ٿو؟ وڌيڪ اهم ڳالهہ هي بہ آهي تہ هو پنهنجي معمول مطابق ڪم کان گهڻو وڌيڪ تہ ڪم ڪونہ ٿو ڪري؟

جيڪڏهن توهان منهنجن هنن سوالن جا جواب نهايت ايمانداري سان ڏيندئو تہ توهان کي پاڻ ئي محسوس ٿي ويندو تہ واقعي توهان ان ترقي جي اهل ڪونہ هئائو. هن جي نتيجي ۾ توهان کي ڇا ڪرڻ گهرجي؟ توهان کي هيءَ ڳالهہ وساري ڇڏڻ کپي. افسوس ڪرڻ جي بہ ضرورت ڪانہ آهي. پوءِ توهان پاڻ کان هن قسم جا سوال پڇڻ شروع ڪريو: جيڪو ڪجهہ آءٌ ڪري رهيو آهيان، مان انهيءَ مان خوش ۽ مطمئن آهيان؟ جيڪڏهن توهان جو جواب "نہ" آهي تہ توهان جي لاءِ بہ رستا کليل آهن. توهان پنهنجي ڪم ڪرڻ دوران خوش رهڻ سکو. جيڪڏهن ڪو ڪم توهان جي لاءِ ناممڪن آهي تہ ڪنهن ٻئي ڪم جي تلاش ڪريو.

جيڪڏهن اوهان پنهنجي ڪم ڪرڻ دوران خوش ٿيڻ لاءِ ڪوشش ڪري رهيا آهيو تہ سانگي سان هي نسخو بہ آزمائي ڏسو تہ پنهنجي ڪم ۾ دلچسپي وٺڻ شروع ڪري ڏيو. ان ۾ پنهنجي جوش ۽ جذبي جو اظهار ڪريو. جنهن ماڻهو اوهان کي مقرر ڪيو آهي، تنهن جي مسئلن کي سمجهڻ

جي ڪوشش ڪريو. پنهنجا ننڍا وڏا ڪم هڪ للڪار سمجهي ڪرڻ گهرجن. ڪاروبار مان جان آجي ڪرڻ بدران ان جي ترقي واسطي سوچيو ويچاريو. ڪم ڪرڻ ڪان بچڻ نه ڪپي. آرٿر برشين چيو آهي، ته "ڊڪشنري هڪ اهڙي جاءِ آهي جتي سوپ Success ڪم Work ڪان اڳ لکيل ڏسجي ٿي."

جيڪڏهن پورهئي ڪرڻ مان دل خوش آهي ته اهڙي ڪم ڪرڻ مان چيهو ڪونه پهچندو آهي. جيڪو ڪم توهان کي ڪرڻو هوندو آهي تنهن کان ٿورو وڌيڪ ڪريو. هن ڪتاب ۾ ڪيترن ڏاهن ماڻهن جا قول نقل ڪيل آهن، جن پنهنجي زندگي سوچڻ ويچارڻ ۾ گذاري ڇڏي آهي. هتي به مان هڪ بهترين قول ڏئي رهيو آهيان، جنهن جو تعلق اي. ڊبليو. رابرٽسن A. W. Roberteson سان آهي. سندس چوڻ آهي ته، "جيڪو ماڻهو فقط مطلوبه Required ڪم ڪري ٿو ته اهو غلام آهي ۽ جنهن مهل هو گهربل ڪم کان وڌيڪ ڪري ٿو ته هو هڪ آزاد انسان بڻجي پوي ٿو."

هاڻي اچو ته ڪي عام رواجي ڳالهيون ڪريون. ڇا اوهان صاف ۽ ڌوتل ڪپڙا پائيندا آهيو؟ توهان جو پنهنجن ساٿين سان سهڻو سلوڪ آهي؟ توهان کي جڏهن ڪجهه وڌيڪ ڪم ملندو آهي ته ڇا ڪِرِ ڪِرِ ڪندا آهيو؟ توهان ڪڏهن اها هام هنئي آهي ته توهان ٻئي ماڻهوءَ جو ڪم ان کان به وڌيڪ سٺي نموني ڪري سگهو ٿا؟ ڇا اوهان ۾ شڪايتن ڪرڻ جي پراڻي عادت آهي؟

توهان جيڪڏهن انهن سوالن جا جواب صحيح نه ڏنا ته پوءِ اها شڪايت ڪرڻ ڇڏي ڏيو ته توهان جي عهدي ۾ ترقي ڇونه ڪئي وئي ۽ سمجهڻ ڪپي ته توهان خوش قسمت آهيو جو اوهان کي نوڪريءَ مان برطرف ڪونه ڪيو ويو آهي.

اسان موٽي وري پنهنجي اصلي موضوع ڏانهن اچون ٿا. مان اڳي به اوهان کي اهڙو مشورو ڏئي آيو آهيان. پنهنجي اعليٰ عملدارن سميت سيني ماڻهن تي اعتماد رکو. جيڪڏهن اوهان ترقي نه ملڻ ڪري اڃا به غمگين آهيو ته توهان کي ايلبرٽ هيوبارڊ Elbert Hubbert جو قول ياد رکڻ گهرجي ته، "هن دنيا ۾ غمن جا ٻه قسم آهن هڪ ڪم ڪرڻ لاءِ غم هوندو آهي ۽ ٻئي غم ۾ هٿ مهٽڻا پوندا آهن." پهريون غم جيڪو ڪجهه چاهيندو آهي، سو حاصل ڪري وٺندو آهي. ٻيو غم اهو هوندو آهي جو جيڪو ماڻهوءَ وٽ هوندو آهي، سو وڃائي وهندو آهي. پهرئين غم جو مقدر سوڀ هوندو آهي. جڏهن ته ٻئي غم جو ته ڪوبه علاج ڪونه هوندو آهي.

باب ٻارهون

تجسس ۽ تلاش وسيلي ٻه ڪاميابي ماڻي سگهجي ٿي

”خدا مون کي تجسس جي سختيءَ کان بچاءِ. ڇاڪاڻ ته اهو ننڍڙين شين جي ڇاڻ ڏيندو آهي. جيڪو هر عمل جو بنيادي ڪارڻ، ڊائنامو Dynamo ۽ جيٽ Jet کي اڳتي ڌڪڻ Propulsion واري مڪمل زندگي جو روپ هوندو آهي.“

(جان مئسن براڻون)

مون کي اهڙا ماڻهو ڏسي تعجب ٿيندو آهي جن کي ڪنهن به شيءِ بابت ڪو تجسس ڪونه هوندو آهي. اهڙا ماڻهو هر شيءِ کي ائين سمجهندا آهن، جهڙيءَ ريت هوءَ ڏسڻ ۾ ايندي آهي. جڏهن ڪين ڪا شيءِ سمجهه ۾ ڪانه ايندي آهي ته ڪلهن کي جهٽڪو ڏئي چڻ ته ڪا شيءِ پاڻ تان ڇنڊي ڇڏيندا آهن. مون کي تعجب انهيءَ ڪري ٿيندو آهي جو مان اهو سمجهي ڪونه سگهندو آهيان ته اهي هر نئين شيءِ کي ڪهڙي طريقي سان ڏسندا ۽ ٻڌندا آهن ته اها ڇا آهي ۽ ڪيئن ڪم ڪري ٿي؟

مان اندازو ڪريان ٿو ته توهان محسوس ڪندا هوندا ته اهڙا ماڻهو وڏيڪ چڱا هوندا آهن، ڇاڪاڻ ته ماڻهو جنهن شيءِ کان واقف ٿي ڪونه آهن سا ڪين ڪهڙو نقصان پهچائي سگهي ٿي.

پر مان اوهان سان متفق ڪونه آهيان ۽ هي سوچڻ تي مجبور آهيان ته شگفتگي جي احساسن Sense of humor کان پوءِ تجسس، اسان جو هڪ وڏو اثاثو Asset آهي. تجسس ڪٿي ٻليءَ جي موت جو سبب بڻبو آهي، پر جيستائين انسانذات جو تعلق آهي ته صالح قسم جو تجسس جهالت کي ماري ختم ڪري ڇڏيندو آهي.

هاڻي تازو مان رات جو شهر جي هڪ گهٽيءَ ۾ گهمي رهيو هوس ته مون هڪ اسپورٽس ڪار ڏٺي، جيڪا فوٽ پاٿ جي بلڪل وچ تي بيٺي هئي،

مان ڏاڪو منٽ ڪن اتي ويهي هن ڪار ڏانهن ڏسندو رهيس. ان وقت ٽي جوان ڪار وٽان مٽيا، پر ڪار کي تڪيائون به ڪونه. بس ائين اتان گذري ويا. هي اهڙو واقعو ڪونه هو جو ڌرتي لڏي وڃي. مون کي پاڻ ايڏو تجسس ڪونه هو جو ساري رات اتي ترسي اهو ڏسان، ته اها ڪار ڇو ۽ ڪهڙي طريقي سان هتي بيهاري وئي هئي؟ ڇاڪاڻ ته اهاءِ ڪار بيهارڻ لاءِ ڪانه هئي. سمجهيم ته اهو ڪم ڪنهن يوڳائي چرچائي ماڻهوءَ جو هوندو. اهو به اندازو ڪيم ته هن ڪار کي ٻن ٽن ماڻهن گهٽيءَ مان ڪڍي انهيءَ جاءِ تي رکيو هوندو.

مون کي تعجب انهيءَ ڪري به ٿيو ته ڪي ماڻهو ڪار وٽان ائين گذري رهيا هئا، ڄڻ ته اها ڪنهن صحيح جاءِ تي بيٺل هجي. مون کي ائين محسوس ٿيو ته اها گاڏي بنا ڪنهن ٽوٽي ٽنب جي هوا ۾ بيٺي هئي ۽ انهن ماڻهن هن ڪار ڏانهن پيو ٻيرو واجهائي به ڪونه ڏٺو. ٿي سگهي ٿو ته مان ڪٿي غلط به هجان! پر سمجهيم ته اهي اهڙي قسم جا ماڻهو هئا، جن کي ڪنهن به شيءِ بابت ڪو تجسس ڪونه هوندو آهي. اهي ماڻهو پنهنجي ساري حياتي ريس ڪورس جي ڪوپن Blinkers پڌل گهوڙي جيان نڪ سامهون سڌو ڊوڙي گذاري ڇڏيندا آهن. ڪين پنهنجين ننڍڙين خوشين، مايوسين ۽ مسئلن ڪان سواءِ ڪا ٻي شيءِ نظر ئي ڪانه ايندي آهي. مان هن قسم جي ماڻهن لاءِ سمجهندو آهيان ته هنن ماڻهن ۾ ڪنهن به قسم جي سوچ ڪانه هوندي آهي. منجهن تجسس واري عادت پيدا ڪرڻ ڪان سواءِ ڪابه دلچسپ شيءِ سوچي ويچاري ڪونه سگهبي آهي.

ايڊيسن Edison، اينسٽائين Einstein، پاسيٽوئر Pasteur ۽ فليمنگ Fleming به جيڪڏهن هنن ماڻهن جيان شين کي ڏسي ائين گذري وڃن ها ۽ تجسس ڪان خالي هجن ها ته وڏيون ڪاميابيون ماڻي ڪونه سگهن ها. جيڪڏهن ايڊيسن کي بجليءَ بابت ۽ اليگزينڊر گراهام بيل Alezender Graham Bell کي آواز جي پهچڻ بابت تجسس نه ٿئي ها ته ماڻهو سندن ايجادن مان فائدو حاصل ڪري ڪونه سگهن ها. گراهام بيل جو چوڻ آهي ته هڪ عام رستي کي ڇڏي جهنگل ۾ ڪاهي پئو ته توهان کي اهڙي شيءِ ضرور ڏسڻ ۾ ايندي جيڪا اوهان اڳي ڪانه ڏٺي هوندي.

تجسس، دلچسپيءَ جو ٻانهون هوندو آهي. هڪ جي عدم موجودگيءَ ڪري ازخود ٻيو به موجود رهي ڪونه سگهندو آهي. جن ماڻهن کي تجسس ۽ دلچسپي يا ٻنهي مان ڪابه هڪ شيءَ نه هوندي آهي، سي هڪ وڏي

بيماري جهڙوڪ بيزاري Baredom ۾ مبتلا هوندا آهن.

ان بيزاريءَ جو آفاقي طورمشهور معروف علاج ڄاڻ يا علم جي ڳولا يا جستجو آهي. دلچسپي ۽ تجسس، اوهان جي فلئش لائيٽ Flash Light جا ٻه سيل آهن. انهن جي موجودگي کان سواءِ اوهان ڄاڻ جي ڳولا ڪري ڪونه سگهندا.

آمريڪا جي مشهور تعليمي ماهر نڪولس ميوري بٽلر Nicholus Murry Butler هڪ ڀيري چيو هو ته گهڻن ماڻهن جي قبرن تي لڳل ڪتبن ڪي هن ريت پڙهيو وڃي ته، "تيهن سالن جي عمر ۾ مري ويو ۽ سٺ سالن جي عمر ۾ دفن ٿيو." مان سمجهان ته هن انهن ماڻهن لاءِ ائين چيو آهي جن بابت آءٌ هاڻي اوهان سان ويچار ونڊي رهيو آهيان، جن جو نه ڪنهن تجسس سان لڳ لاڳاپو هو ۽ نه وري ڪنهن دلچسپيءَ سان ڪو واسطو هو.

بيزاري ۾ ڪنهن آمدني جو شرط وغيره ڪونه هوندو آهي. شاهوڪار ماڻهو به سڀي ڪنگال جيان بيزار ٿي پوندو آهي. اسان گهڻي وقت کان وٺي لڳاتار اهو پڙهندا پيا اچون ته فلاڻي يا فلاڻي شاهوڪار وزن کان وڌيڪ نشيدار شيءَ استعمال ڪئي يا وزن کان وڌيڪ واريون گوريون استعمال ڪيون يا عياشيءَ ۾ تباهه ٿي ويو وغيره. اهڙين ڳالهين مان محسوس ٿئي ٿو ته اهو ماڻهو بيزاريءَ جو شڪار هو.

اهڙا ماڻهو هر جاءِ تي هوندا آهن ۽ هن قسم جي ماڻهن، هر شيءَ کي ڏٺو وائٺو هوندو آهي. هنن مٿان اهڙو خطرو سدائين لامارا ڏيندو وتندو آهي، جيڪو گهڻي عياشيءَ کان پوءِ بيزاري ڪري پيدا ٿي پوندو آهي. منجهائيندڙ مسئلو اهو آهي ته هنن ماڻهن اهڙيون شيون پنهنجي اکين سان ڏٺيون آهن، پر دماغ سان نه. سرگرم دماغ ۾ بيزاري واري ڪيفيت پيدا ٿي ڪانه سگهندي آهي. توهان جي دماغ کي صحيح دلچسپي ۽ جستجو واري تجسس واري مهميز سان سرگرم ڪيو ويو آهي.

تنهن ڪري چئي سگهجي ٿو ته اهي اهڙا ماڻهو آهن، جيڪي ڀڏتر واري روڪ رنڊڪ اُڪري پار ٿيندا آهن ۽ اڄ ڏينهن تائين مڪمل بيزاريءَ جو شڪار ڪونه ٿيا آهن. اهڙا جلد بيزار به ٿي سگهن ٿا ڇاڪاڻ ته اهي ان رستي جي چونڊ ڪندا آهن، جنهن ۾ ڪنهن به قسم جي روڪ رنڊڪ نه هجي ۽ اهڙيءَ شيءَ کان ڇرڪندا آهن، جيڪا کين سمجهه ۾ ڪانه ايندي آهي. مان اهڙن ماڻهن بابت سوچي رهيو آهيان جيڪي ڪارنيوال Carnivai جي جشن ۾ هڪ اداڪار کي هوا ۾ ترندو ڏسندا آهن يا اهو به ڏسندا آهن،

تہ هو پنهنجي ڪرتبن وسيلي هاٿيءَ کي بہ گم ڪري سگھندو آهي ۽ رڙيون ڪري چوندو آهي تہ هن اهو ڪرتب فقط آئينن Mirrors جي مدد سان ڪري ڏيکاريو آهي. اهڙا ماڻهو ڪارنيوال کان ٻاهر نڪرڻ کان پوءِ سڀ ڪجهہ وساري ڇڏيندا آهن.

مان اوهان کي وري بہ چئي رهيو آهيان تہ اهي ڏرتي ڏوڏڻ جهڙيون ڳالهيون ڪونہ آهن. اهڙن ماڻهن کي اها صلاح ڪونہ ڏيندس تہ هو ڪارنيوال جي اداڪارن ۽ جادوگرن جي ڪرتبن جو مطالعو ڪن ۽ پاڻ بہ ائين بنجي وڃن. پر منهنجو فقط هن ڳالهہ تي زور آهي تہ عام قسم جي تجسس ۽ دلچسپي رکڻ وارا ماڻهو اهڙن واقعن کي جهٽ پٽ وساري ڇو ٿا ڇڏين. ڪٿي ٻيو ڪجهہ بہ نہ ڪن، پر عام قسم جو بحث مباحثو تہ ضرور ڪن، جيڪڏهن جادوءَ جي ڪرتبن تي ڪليءَ دل سان بحث ڪيو وڃي تہ قوي امڪان آهي تہ سامعين اصل حقيقت جي ويجهو وڃي پهچن. جيڪو هنن ڪيو يا نہ ڪيو سو اهم ڪونہ اهي، پر اهم ڳالهہ هيءَ آهي تہ تجسس ۽ دلچسپيءَ جي مشق سان گڏ تصور ڪرڻ ۽ سوچڻ ويچارڻ جي طاقت بابت پڻ مشق ٿيندي رهي.

مان پاڻ واري شعبي ۾ بہ اهڙا گهڻا ماڻهو ڏٺا آهن. جيڪي منهنجي مظاهري کي بہ ڪن پل ۾ وساري ڇڏيندا آهن. مان اهڙو هڪ مثال اوهان کي ٻڌائي رهيو آهيان. مگر مان ڊڄان ٿو تہ اوهان مون کي سنو ماڻهو نہ سمجهندا. پر پوءِ بہ مان اوهان کي ٻڌائي رهيو آهيان تہ مان حافظي جي طاقت واري هڪ مظاهري دوران ڇا ڪندو آهيان؟

مظاهري کان اڳ مان ڪنهن خاص ڳالهہ ناتي پنڊال اندر موجود هر ماڻهوءَ سان ملندو آهيان. جڏهن مان ڳالهائڻ شروع ڪندو آهيان تہ سامعين کي اٿي بيهڻ جو چوندو آهيان پوءِ مان آڱر جو اشارو ڪري هرهڪ ماڻهوءَ جو نالو وٺندو آهيان.

مان شين جا نالا ۽ اهي جايون بہ ٻڌائي سگهندو آهيان، جتي ماڻهن اهي شيون لڪايون هونديون آهن. مان تاش جي ٻاونجاهہ پتن کي پيس Shuffling کان پوءِ ترتيب سان سڃاڻي وٺندو آهيان. ساري مئگزين جي تحرير ياد پڙهي وٺندو آهيان. هر رياست جي آدمشماري بہ ٻڌائي سگهندو آهيان ۽ ٻيا بہ اهڙا گهڻا ڪرتب ڏيکاري سگهندو آهيان.

ايترو چوڻ ڪافي ٿيندو تہ مان هڪ مظاهري لاءِ ايترو گهڻو ياد ڪندو آهيان، جيڪو عام ماڻهو هڪ سال يا ساريءَ عمر ۾ مس ياد ڪري

سگھندو آهي. ڪيترن سالن کان وٺي ماڻهو مون وٽ ايندا آهن ۽ پڇندا آهن ته مان اهڙا عجيب ڪرتب ڪهڙي ريت ڪري سگھندو آهيان؟ مان سمجهان ٿو ڪير به اعتبار ڪونه ڪندو ته مون کي اهڙو دماغ آهي، جنهن کي مان تربيت ڏئي گهڻو ڪجهه سيکاري ڇڏيو آهي. ۽ ائين ڪرڻ ڏاڍو سولو به آهي. ماڻهو مون تي الزام هڻندا آهن ته مون وٽ ڊڪ ٽريسي Dick Tracy، ۽ انهن جي ڪارائي ۾ ٻڌڻ جيترا ننڍڙا ريڊيا، لڪل مائڪروفون ۽ ڪيئي لڪل ڪئميرائون آهن. هڪ عورت اهو به الزام مڙهيو ته منهنجي گهر واري ريني آگرين جي ننهن سان ڪن محنتي ڪوڊن وسيلي ڪيس گهربل معلومات پهچائي رهي آهي. پر هوءَ ٻڌائي ڪانه سگهي هئي ته ريني ايتري گهڻي معلومات ڪيئن ياد ڪري خفيه ڪوڊ Code وسيلي مون ڏانهن منتقل ڪري رهي هئي.

هڪ ڀيري جڏهن مون پنهنجو مظاهرو ختم ڪيو ته هڪ ماڻهو مون وٽ آيو ۽ چيائين، "مسٽر لورين! جيڪو ڪجهه تون ڪرين ٿو تنهن کي آئون چڱيءَ ريت سمجهي چڪو آهيان. تنهن تي مون کيس وراڻيو ته "ٻڌاءِ" منهنجو سوال ٻڌي هن جواب ڏنو ته، "توکي تمام سٺو حافظو آهي."

واقعي اها سچي ڳالهه هئي ۽ هو اهو سڀ ڪجهه سمجهي چڪو هو ۽ فيصلو به ڏئي ڇڏيو هئائين ته اهو سڀ تيز حافظي جو ڪم آهي. ان کان پوءِ سارو واقعو وساري ڇڏيو هئائين.

مان هن تاثر ڏيڻ جي ڪوشش نه ڪري رهيو آهيان ته ڪيس منهنجي خوشامد ۽ چاپلوسي ڪرڻ گهرجي ها! جڏهن مان مظاهرو ختم ڪندو آهيان ته گهڻا ماڻهو منهنجي ڏاڍي خوشامد ڪندا آهن ۽ ڪين هن قسم جو تجسس وڪوڙي ويندو آهي ۽ پڇندا آهن ته مان هيترين سارين ڳالهيون ڪهڙي ريت ياد ڪرڻ ۾ سوڀارو ٿيو آهيان. اهو به ٻڌائيندا آهن ته هنن اهڙي شيءِ اڳي ڪڏهن به ڪانه ڏٺي آهي ۽ ڪين اهڙين ڳالهين ۾ تمام گهڻي دلچسپي آهي.

مان هن نڪتي تي زور ڏيڻ چاهيان ٿو ته منهنجي ڪرتبن ۾ دلسچپي رکڻ وارن مان گهڻن ماڻهن پنهنجن ڪمزور حافظن کي بهتر ڪرڻ جي ڪوشش ڪئي هئي. چاڪاڻ ته سندن دلچسپي ۽ تجسس وڏي ويو هو ۽ هينئر هو مون کان اهڙيون ڳالهيون سمجهڻ جي ڪوشش ڪن، جيڪي مظاهري دوران سمجهي ڪونه سگهيا هئا.

توهان ۾ دلچسپي ۽ تجسس پڻ وڏي ويو آهي جو هي ڪتاب خريد ڪري رهيا آهيو، مون کي آس آهي ته جڏهن اوهان پندرهون ۽ سورهون باب

پڙهي پورو ڪندا تہ پنهنجي حافظي کي بهتر ڪرڻ جي ضرور ڪوشش ڪندا.

پنهنجي اکين تان ڪوپا Blinkers هٽايو
۽ ڏسو تہ دنيا ڪيڏي وسيع آهي.

هي مون ۽ منهنجي تربيت يا فتہ دماغ جي مظاهري بابت اڻ سونهندو حوالو آهي، جيڪو مان اوهان کي متاثر ڪرڻ واسطي ڏئي رهيو آهيان. مهرباني ڪري اوهان پنهنجي ڀلائيءَ خاطر پنهنجي اکين تي ٻڌل ڪوپا لاهيو ۽ ڏسو تہ معلوم ٿيندؤ تہ حقيقت ائين نہ آهي، جهڙيءَ ريت اوهان ڏسو، ٻڌو ۽ محسوس ڪريو ٿا. اوهان جتيِ بہ آهيو، اهڙي هر شيءِ اتي ڇڏي ڏيو جڻ تہ اوهان سمجهہ ۾ ايندڙ شين لاءِ پنهنجو دماغ بند ڪري ڇڏيو آهي. مهرباني ڪري سيني شين کي سمجهڻ لاءِ دماغ جا سيئي دروازا کولي ڇڏيو، توهان کي اهڙي ڳولا ۾ هڪ پَل بہ ڪونہ لڳندو. اهڙيون ڳالهيون اوهان کي تجسس مان ملي وينديون، توهان کي محسوس ٿيندو تہ توهان ۾ هڪ مڪمل نئين دلچسپي پيدا ٿي رهي آهي.

گهڻو ڪري هر ماڻهو مون سان هن ڳالهہ ۾ متفق ٿيندو، تہ هڪ ٻار بالغ کان جلديءَ ۾ سکي وٺندو آهي. ڪن جو خيال آهي تہ ٻار وڏي جو نقل ڪندا آهن، جنهن جو سکڻ واري عمل سان ڪو تعلق ڪونہ آهي. ڪيترن ماڻهن جو خيال آهي تہ ٻار انهيءَ ڪري جلدي سکي وٺندا آهن جو سندن دماغ ۾ حقيقتن کي محفوظ ڪرڻ لاءِ گهڻي گنجائش موجود هوندي آهي. توهان اهڙين ڳالهين کي کهڙي بہ طريقي سان سمجهائي سگهو ٿا. مثال طور هو جڏهن ابهمڙا هوندا آهن تہ ڳالهائڻ سکي وٺندا آهن.

هن موضوع بابت منهنجو ڪو وسيع مطالعو ڪونہ آهي، پر پوءِ بہ مان هن خيال جو حامي آهيان تہ جيڪو اسان ٻالجتيءَ کان سياڻي يا بالغ ٿيڻ تائين سکندا آهيون، سو باقي عمر جي تربيت ۽ سکيا کان گهڻو وڌيڪ هوندو آهي.

مون پنهنجي ساري زندگيءَ ۾ ورلي ڪو اهڙو ٻار ڏٺو آهي، جيڪو بيزاري جو شڪار هجي. جيڪڏهن اهي بيزار ٿيندا بہ هوندا تہ بس رڳو ڪَنَ پل لاءِ. پر گهڻي وقت لاءِ ڪونہ هوندا آهن، جنهن کي اهميت ڏجي. اهي هر شيءِ جلد سکي وٺندا آهن. ان جو ڪارڻ اهو آهي تہ ڪين هر شيءِ بابت تجسس هوندو آهي. جيڪڏهن اوهان هڪ ننڍڙي ٻار جامائٽ آهيو تہ مون کي پڪ آهي تہ اوهان کي هيءَ حقيقت جلد ئي سمجهہ ۾ اچي ويندي.

جيڪڏهن اوهان جو دماغ طاقتور هوندو تہ اوهان ۾تجسس بہ تمام

گھٽو هوندو. پار طاقتور ۽ سرگرم دماغ جا مالڪ هوندا آهن. پر بدقسمتيءَ جي ڳالهہ هيءَ آهي تہ جيئن جيئن اسان وڏا ٿيندا ويندا آهيون، تيئن تيئن وڌيڪ خوشيءَ کان بيزار ٿيندا ويندا آهيون ۽ اسان مان تجسس واري خوبي ختم ٿي ويندي آهي. جيڪڏهن اوهان سان بہ ڪا اها ڪار ٿي آهي تہ ان ڏوهہ جا ڏوهاري بہ اوهان پاڻ آهيو ۽ اوهان کي ڪوشش ڪري ان جا ڪارڻ ڳولڻا پوندا.

توهان پنهنجي سُتل تجسس کي جاڳايو ۽ تنهن دلچسپيءَ کي مهميز جو چٺڪو ڏيو، تہ توهان جي پراڻي بيزاري ختم ٿي سگهي ٿي. هتي مسئلو همشه وارو ساڳيو آهي. اوهان مان جيڪي تجسس ۾ وڌيڪ سرگرم هوندا آهن ۽ گهڻين شين ۾ دلچسپي رکندا آهن، سي ضرور مون سان هن خيال ۾ متفق ٿيندا ۽ تجسس ۽ دلچسپي وٺڻ شروع ڪندا. هن معاملي ۾ اوهان کي ڪنهن بہ واهر جي لوڙ ڪونہ آهي. اوهان ماڻ گهڻن کي هن قسم جي مدد جي ضرورت ڪانہ هوندي آهي ۽ تجسس ۾ سرگرم بہ ڪونہ هوندا آهن سوچيندا آهن تہ، ”هي مشورو آهي تہ ڏاڍو سٺو! پر اسان ڪڏهن ڪو تجسس ڪيو ئي ڪونہ آهي. تنهن ڪري هاڻي پڪي گهڙي ڪنا تہ پئجي ڪونہ سگهندا.

اهڙا خيال دلين مان ڪڍي ڇڏيو ناڪاري سوچ جي جاءِ هاڪاري سوچ پيدا ڪريو تہ، ”مان هن وقت تجسس وارو ڪونہ رهيو آهيان، پر هيئنر کان وٺي مان تجسس جي مشق ڪندو رهندس.“ جيڪڏهن اوهان لڳاتار مشق ڪندا رهندا تہ اوهان ۾ تجسس واري عادت پئجي سگهجي ٿي. اها بين جهڙي مشق آهي. جيڪڏهن اوهان پاڻ کي تجسس لاءِ مجبور ڪندا ايندا تہ هڪ ڏينهن ازخود اوهان ۾ تجسس پيدا ٿي ويندو.

ان کان پوءِ اوهان کي محسوس ٿيندو تہ اوهان جي آڏو ڄڻ هڪ نئون تجسس پيدا ٿي پيو آهي. اوهان ۾ نيون دلچسپيون پيدا ٿينديون ۽ اهي سدائين اوهان جي مزاج ۾ داخل هونديون. توهان کي معلوم ٿي ويندو تہ اهڙيون دلچسپيون اوهان جي قيمتي چاڻ لاءِ هڪ وسيلو آهن.

تجسس ماڻهن جي هير بڻجي ويندي آهي. ساري ڄمار قائم رهندي آهي. اهڙيءَ هير مان ڪڏهن چار ڏوڪڙ بہ ملي ويندا آهن ۽ ڏاڍو دلچسپ ڌنڌو بڻجي ويندو آهي. ڪن ماڻهن کي تڪلين گڏ ڪرڻ جي هير Hobby هوندي آهي. انهن کي گهڻ ڪري نہ سمجهيو وڃي. ريل ۾ سفر ڪرڻ، فوٽوگرافي، جادو بيون ڪيتريون ڳالهيون هير ۾ اچي وڃن ٿيون. اهڙي قسم جي هير کي

اوهان پاڻ به جاچي ڏسو. توهان کي پتو پئجي ويندو ته ان ۾ هڪ قسم جو تجسس آهي ۽ اهو ئي سبب آهي جو ڪيترا ماڻهو انهيءَ ۾ دلچسپي وٺندا آهن. جيڪڏهن اوهان به انهن ۾ دلچسپي وٺندا ته اوهان کي به انهيءَ مشغلي مان لطف ايندو.

هن قسم جي مشغلي يا هير مان انسان پنهنجي بيزاريءَ کي گهٽائي سگهي ٿو. ان ڪانسواءِ هي اچرج جهڙي تخليقي مشق به آهي. جان مشف برائون جو مشورو آهي ته، ”ڪجهه مشغلو يا هير ٿڪل دماغ کي وري چست ڪرڻ لاءِ ڏاڍي اهم آهي. هن وسيلي هڪ ئي وقت سڪون ۽ اتساهه ملي ويندو آهي.“ جنهن ماڻهوءَ کي هڪ نه ٻي هير هوندي، سو منهنجيون ڳالهيون پڙهي، ضرور ”آمين“ چوندو.

مشق ماڻهوءَ کي تجسس ڏانهن اشارو ڪندي آهي

مون اوهان کي هيءَ ڳالهه مڃائڻ جي ڪوشش ڪئي آهي ته تجسس جو هئڻ نهايت اهم وَٿُ آهي ۽ سمجهان ٿو ته مان انهي مقصد ۾ سوڀارو ٿيو آهيان. پر مان هن باب کي ختم ڪرڻ کان اڳ اوهان کي تجسس بابت هڪ متعين ۽ عملي مشورو ڏيڻ چاهيان ٿو.

جيڪڏهن اوهان کي هن قسم جو ٿورو- وقتو خيال اچي ٿو ته، ”چڱو هاڻي مان سمجهان ته تجسس ڪرڻ منهنجي فائدي جي ڳالهه آهي.“ پر اهو تجسس ڪجي ڪنهن جي باري ۾؟ ۽ مون کي هر انهي ننڍيءَ وڏيءَ شيءَ ۾ دلچسپي وٺڻ گهرجي، جنهن کي آئون اکين سان ڏسان ۽ ڪنن سان ٻڌان ٿو؟ ڇا مون کي، ڏسڻ ۾ ايندڙ هر شيءِ جي جاچڻ پرتال ڪرڻ گهرجي؟ جيڪڏهن اوهان ائين سمجهو ٿا، ته مان سمجهان ٿو مان اوهان کي پنهنجي ڳالهه پوريءَ ريت سمجهائي ڪونه سگهيو آهيان. منهنجو مطلب هرگز ائين ڪونه آهي ته اوهان جيڪا به شيءَ ڏسو اتي ويهي وڃو ۽ ان جي جاچ پڙتال ڪرڻ شروع ڪري ڏيو. جاچ پرتال جي معاملي ۾ چونڊ ڪرڻ نهايت لازمي آهي ۽ ان شيءَ جي چاڻ ڪان اڳ توهان جو ذهن اهڙيون شيون چونڊي وٺندو، جيڪي اوهان جي فائدي ۾ هونديون.

نيويارڪ شهر ۾ وڏي فائدي وارو ڌنڌو وڳا سبي تيار ڪرڻ جو آهي. هن صنعت ۾ ڪم ڪندڙ ڪامياب ماڻهن جو 30% هيٺئين طبقي سان تعلق رکي ٿو. انهن مان گهڻن کي عام رواجي قسم جي تعليم هوندي آهي. پر هنن جي تجسس ۽ دلچسپيءَ، کين پنهنجي مقصد ۾ ڪامياب انسان بنايو آهي،

جن ترقي ڪري سماجي طور اهم حيثيت ماڻي ورتي آهي.

هتي هڪ اهم ۽ عملي مثال ڏئي رهيو آهيان. مان هڪ ماڻهوءَ کي سڃاڻندو آهيان. هن هڪ "گارمينٽ سينٽر" ۾ ٿوري عرصي لاءِ ڪم ڪيو ۽ انهن گهڻين ۾ جتي ماڻهن جي ڪلهاڳيهہ لڳي پئي هوندي هئي اتي هڪ ماڻهو نيلي Rack تي سبيل نهيل ڪپڙا رکي پيو وڪڻندو هو ۽ نيلهي کي پيو هيڏي هوڏي ڏڪيندو ۽ ڇڪيندو هو. هاڻي انهن مان ڪيترا، گهڻي مال سبب پنهنجي نيلهن جو سامهون وارو پاسو تہ ڏسي ڪونہ سگهندا آهن. سندن دلچسپي فقط هڪ ڳالهہ ۾ هوندي آهي تہ اهي ريڊي ميڊ ڪپڙا هڪ جاءِ تان کڻي فقط ٻيءَ جاءِ تي پهچائي ايندا آهن، هنن جو ڪم فقط اهو هوندو آهي ۽ ان کان سواءِ ٻيو سوچي بہ ڇا سگهندا هوندا؟

جنهن ماڻهوءَ بابت آءٌ ڳالهائي رهيو آهيان سو ڏاڍي تجسس وارو انسان هو. هو هڪ جاءِ کان ٻيءَ جاءِ تائين پهچائڻ وارن ڪپڙن ۾ تمام گهڻي دلچسپي وٺندو هو. هن اها ڳالهہ معلوم ڪري ورتي هئي تہ ڪن وڳن جي قيمت تمام گهڻي هئي ۽ ڪيس تعجب ٿيندو هو تہ اهڙا وڳا وڏيڪ مهانگا ڇو آهن؟ هو پنهنجي واندڪائي ۾ هن حقيقت جي ڳولا ۾ هوندو هو تہ في وڳي ۾ ڪم آندل ڪپڙي جي قيمت ڇا هوندي. اهڙي سوچ ويچار مان ڪيس اها ڄاڻ بہ ملي وئي تہ ڪپڙن سبڻ واري صنعت ڏاڍي مهانگي آهي. هن اهو بہ سوچيو تہ انهن ڪپڙن جي قيمت ۾ گهٽتائي آڻي سگهجي ٿي. ٿوري عرصي اندر انهن نيلهن پٺيان هلندي هن ڌنڌي بابت گهڻي معلومات حاصل ڪري ورتي.

مان اوهان کي هيءَ ڳالهہ مڃائڻ جي ڪوشش ڪونہ ڪري رهيو آهيان تہ هن اهو سڀڪجهہ هفتي ٻن ۾ ڪري ورتو هو. پر ڪيس سوچڻ ويچارڻ ۾ ڪجهہ سال لڳي ويا هئا. جڏهن هن ڌنڌي گهرڻ جو مناسب موقعو ڏٺو تہ هو بلڪل تيار ٿي ويو هو. هن ڪپڙن سبڻ وارو خرچ گهٽائي ڇڏيو. تنهنڪري ساڳئي وڙ جي ڪپڙن جا وڳا ڪيس گهر ۾ سستا پلئہ پيا ۽ اهو ئي سندس ڪاميابيءَ جو راز هو. هاڻي هن نيلهن هلائڻ لاءِ تمام گهڻا ماڻهو مقرر ڪري ڇڏيا آهن. هن جهڙا پيا ماڻهون بہ جيڪڏهن هن جيان تجسس کان ڪم وٺن ها تہ ڪين بہ هن وانگي اڳتي وڌڻ جو سونهري وجهہ ملي وڃي ها! هن باب ۾ پنهنجي راءِ جو اظهار هر عمر جي ماڻهن بابت ڪيو ويو آهي. پر وڏيڪ خوش اهي نوجوان ماڻهو آهن، جن ۾ تجسس ۽ جستجو جو عمل تمام گهڻو تيز آهي، جن کي آءٌ سڃاڻندو بہ آهيان. بيزاري، انسان کي وقت کان اڳ ڪراڙو ڪري ڇڏيندي آهي. توهان کي معلوم ٿي ويو هوندو تہ

تجسس جوانيءَ جي ڏند ڪٿائي جهرڻي "Fountian of youth" جو بهترين نعم البدل آهي. شايد هئري ايمرسن فوسڊڪ (Harry Emerson Fosdick) جو مطلب بہ ساڳيو آهي، جنهن جو بيان آهي ،”تہ تنهائي ڪنهن شيءَ کان پوئتي هٽڻ نہ آهي، پر ڪنهن مقصد واسطي علحدگي هوندي آهي.“

جيڪڏهن اوهان ڊگهي ڄمار ماڻڻ چاهيو ٿا تہ پنهنجي دلچسپي کي مهيمز ڏيو ۽ تجسس ۾ وڌيڪ سرگرمي پيدا ڪريو. جن ماڻهن کي تجسس گهٽين شين ۾ دلچسپي وٺڻ لاءِ اتساهيو، تن لاءِ هيءَ دنيا جڻ تہ جنت آهي. جڏهن اوهان جي دلچسپي ختم ٿي ويندي آهي تہ توهان عمر ۾ ڪراڙي ٿيڻ بدران ذهني طور ڪراڙا ٿيڻ شروع ٿيندا آهيو. مون کي يقين آهي تہ جن ماڻهن کي صحيح ۽ صالح تجسس هوندو آهي، سي انهن ماڻهن کان وڌيڪ ڄمار ماڻيندا آهن، جن پنهنجي تجسس کي رستي جي وَٽِ سان اڇلائي ڇڏيو هوندو آهي.

هن موضوع کي الله واهي چوڻ کان اڳ بهتر آهي تہ روڊيارڊ ڪپلنگ Rudyard Kipling جي چيل لفظن کي ورجايون:

مون وٽ ڇهہ سُپتيا نوڪر هئا
جن مون کي سڀ ڪجهہ سيکاريو

سندن نالا هي آهن: ڪٿي Where، ڇا What، ڪڏهن When ۽ ڇو Why، ڪيئن How ۽ ڪير Who.

جيڪڏهن اوهان بہ هنن ڇهن سُپتين (ڪٿي، ڇا، ڪڏهن، ڇو، ڪيئن، ڪير) نوڪرن جي خدمت مان فائدو حاصل ڪرڻ جي ڪوشش ڪندا تہ اوهان جو هڪ پئسو بہ خرچ ڪونہ ٿيندو.

باب تيرهون

توهان جيڪو بہ چاهيو سو سکي سگهو ٿا

> هن چوڻ ۾ ڪوبہ وڌاءُ ڪونہ آهي تہ زندگي جو وڏو عرصو فقط سکڻ ۾ گذري ويندو آهي. باقي زندگي، حاصل ڪيل سکيا کي عملي طور ڪتب آڻڻ ۾ گذري ويندي آهي. اسان کي زندگي جي شروعات سان گڏ سکڻ شروع ڪرڻ گهرجي. قوي امڪان آهي تہ انسان ڄمڻ کان اڳ ئي سکڻ شروع ڪري ڏيندو آهي. اهو بہ قوي امڪان آهي تہ انسان مرڻ مهل ئي سکڻ مان هٿ ڪڍندو آهي. (نائيٽ ڊملئپ)

مٿيون بيان بلڪل صحيح آهي. هڪ فرد يا سماج جي هڪ رڪن جي حيثيت سان، سکڻ نهايت اهم آهي. بدقسمتيءَ جي ڳالهہ اِها آهي تہ اسان مان ڪي ماڻهو عمل جي خاص مرحلي تي پهچي پوءِ سکڻ شروع ڪندا آهن ۽ باقي حياتي پنهنجي سکيا کي عملي طور ڪم آڻيندا آهن. اسان ان نڪتي کي ڪڏهن محسوس ئي ڪونہ ڪيو آهي.

هن ڪتاب ۾ لکيل گهڻيون شيون اهڙيون آهن، جن وسيلي اوهان گهڻو ڪجهہ سکي وٺندا ۽ اوهان کي ان نڪتي جو احساس ٿي ويندو. سکڻ لاءِ تجسس Curiosity، جوش جذبو Enthusiasm، دلچسپي Interest، گهرو سوچڻ Concentration مسئلي جو حل Problem solving، حافظو Memory ۽ تصور ڪرڻ Imagination نهايت ضروري شيون آهن.

پر شروعات تجسس کان ٿيندي آهي. جوش جذبو ڪجهہ هيئين قسم جي عملي حرڪت آهي. پر گهري سوچ ۽ حافظو وڏي اهميت رکي ٿو ۽ تڪميل ڪرڻ سڌو سنواٽو عمل هوندو آهي.

اسان کي سکڻ جي ضرورت آهي. ان جو ڪارڻ سمجهڻ ڏاڍو سولو آهي تہ اسان مان ڪوبہ ماڻهو هر شيءِ کان واقف ڪونہ هوندو آهي ۽ نہ وري اهو چاهيندو آهي تہ ڪيس هر شيءِ کان واقفيت هئڻ گهرجي. مان سمجهان

ٿو تہ جڏهن اسان سوچڻ ويچارڻ ڇڏي ڏيندا آهيون تہ مرڻ لاءِ هڪ هنڌ بيهي ويندا آهيون. هر ماڻهوءَ کي شايد هيءَ پراڻي چواڻي ياد هجي تہ اسان هر نئين ڏينهن کانءِ ڪا نئين سکندا آهيون.“ ڇا اسان بہ ائين ڪريون ٿا يا نہ؟ توهان ايمانداريءَ سان چئي سگهندا تہ اوهان هر ڏينهن ڪا نئين ڳالهہ سکندا آهيو؟

خير! اها ڪا وڏي ڳالهہ ڪانہ آهي، مان اوهان کي ائين ڪرڻ جو مشورو بہ ڪونہ ٿو ڏيان. منهنجي فقط هيءَ صلاح آهي تہ دنيا ۾ اهڙيون شيون تمام گهڻيون آهن، جيڪي اوهان جي سکڻ لائق آهن، پر اوهان ڪونہ سکيون آهن. امڪان آهي تہ اوهان ڪڏهن اهڙين شين کي سکڻ جو ارادو بہ ڪونہ ڪيو هوندو.

ڪٿان کان شروع ڪجي ۽ ڪيئن شروع ڪجي.

هن قسم جو سوال اسان کي معاملي جي بنيادي نڪتي ڏانهن وٺي وڃي ٿو. اهو ٿي سکڻ جي خواهش ۽ سکڻ جي مقصد وچ ۾ اصلي فرق آهي. اوهان ڪيترا ڀيرا پاڻ کي چيو هوندو تہ، ”منهنجي خواهش آهي تہ جيڪر هي ڪم ڪريان.“يا ” ڪاش! مون ۾ اهڙي اهليت هجي .“

اوهان جيڪڏهن فقط ائين سوچيندا تہ اوهان جي خواهش فقط خواهش ٿي رهجي ويندي ۽ ڪجهہ بہ سکي ڪونہ سگهندا. اهو سکڻ جو مقصد هوندو ۽ سکڻ جي ان مقصد وسيلي اچرج جهڙا ڪم ڪري سگهبا آهن. جيڪڏهن اوهان ڪنهن فن جي عجائب گهر ۾ ويا هوندا يا اوهان کي نادر قسم جون تصويرون ڏٺيون هونديون تہ ازخود اوهان جي وات مان نڪري ويو هوندو ڪاش آءٌ جيڪر فن کي سمجهي سگهان يا هن بابت ٿوري گهڻي خبر هجي ها ۽ ائين چئي هر ڳالهہ وساري ڇڏيندا آهيو.

جيڪڏهن اوهان جي دماغ سکڻ جو مقصد موجود آهي تہ توهان فن کي سمجهڻ ضرور سکي وٺندا. جيڪڏهن اوهان اڪ وڏائي چوڏاري ڏسندا تہ اوهان کي اهڙيون ڪيتريون جڳهون ڏسڻ ۾ ايندينون جتي فن کي جاچڻ پرکڻ سيکاريو ويندو آهي. اهڙي قسم جي نصابي ڪرمن لاءِ ڪو گهڻو خرچ بہ ڪرڻو ڪونہ پوندو آهي. پر حقيقت اها آهي تہ جيڪڏهن ٿورو گهڻو سوچيندا تہ اوهان کي اها بہ ڄاڻ ملي ويندي تہ فن کي سمجهڻ لاءِ پئسو ڏوڪڙ پرڻو ڪون پوندو آهي.

توهان کي فن جي باري ۾ ڪو مبصر ٿيڻو ڪونہ هوندو آهي، پر اوهان

فقط ايترو چاهيندا تہ جيئن ان کي سمجهي سگهجي. وليم آلن وائيٽ William Allen White جو چوڻ آهي تہ، "اهڙي ماڻهو لاءِ توري ڄاڻ خطرناڪ ڪانہ هوندي جيڪو ان کي وڏي معلومات ڪري ڪونہ سمجهندو آهي."

هتي اهم نڪتو هي آهي "شروع ڪريو" جيڪو اڳ ۾ اڳي بہ سمجهائي آيو آهيان. يعني ڪنهن بہ موضوع کي سکڻ جي شروعات ڪري ڏيو، ڇاڪاڻ تہ توهان ان ۾ دلچسپي وٺي رهيا آهيو سکڻ چاهيو ۽ اوهان مسلسل سکندا رهندا.

توهان سکڻ چاهيو ٿا تہ گولف يا ٽينس کيڏڻ سکو؟ ڇا اوهان تقرير ڪرڻ يا ڪهاڻي لکڻ سکڻ چاهيو ٿا؟ توهان سنو سيلسمئن ٿيڻ گهرو ٿا؟ اوهان ڊاري پولي يا ڪار هلائڻ سکڻ گهرو ٿا؟

چڱو! جيڪڏهن اوهان سکڻ چاهيو ٿا تہ خواهش ڪرڻ ڇڏي ڏيو ۽ هڪدم ئي سکڻ شروع ڪري ڏيو. جيڪڏهن اوهان جو رويو هي هوندو، اڙي مان تہ هي ڪم ڪري ئي ڪونہ ٿو سگهان، مون ۾ ايڏي ڦڙتائي ڪانہ آهي." ائين چوڻ بہ ڪا خراب ڳالهہ ڪانہ آهي. جيڪڏهن اوهان ائين نہ سوچيندا تہ سکڻ جي شروعات بہ ڪري ڪونہ سگهندا. سائسيرو Cicero هڪ ڀيري چيو هو تہ، " ڄاڻ حاصل ڪرڻ لاءِ پهريون قدم اهو آهي تہ سمجهو تہ اوهان کي ڪجهہ بہ ڪونہ ايندو آهي ۽ اوهان جاهل مطلق آهيو."

جيڪڏهن اوهان سوچيندا تہ توهان کي هر شيءِ ايندي آهي تہ اوهان ڪڏهن بہ سکي ڪونہ سگهندا. آڪڙ وارا کي دولتمند ماڻهو واقعي ائين سوچيندا آهن. هن لاءِ مان موجوده دور جو هڪ اصطلاع ڪتب آڻيندو آهيان "جيڪڏهن اوهان گهڻا تيز آهيو تہ اهو ممڪن ڪونہ آهي جو اوهان دولتمند نہ هجو" هن کي بدلائي هن ريت ۾ چئي سگهجي ٿو تہ، "اوهان گهڻا دولتمند آهيو ۽ اهو ممڪن ئي ڪونہ آهي جو اوهان تيز ۽ ڦڙت نہ هجو."

جيڪڏهن اوهان ڪا شيءِ سکڻ چاهيو تہ هن وقت ئي سکڻ شروع ڪريو. هن بابت منهنجو مشورو هي آهي تہ جيڪا شيءِ اوهان سکڻ چاهيو ٿا، ان جو مڪمل مطالعو ڪريو. جيڪڏهن اوهان گولف جي بال کي ماڪي جي مدد سان کيڏانهن ڌڪي وجهڻ سکڻ چاهيو ٿا تہ اوهان پنهنجي ذهن ۾ هن مسئلي جي ساري تصوير سوچيو.

ان ڪانپوءِ اوهان گولف راند جي ماهر وٽ وڃو جيڪو اوهان کي مرحليوار گول ڏانهن وڌڻ سيکاريندو. اهو ساڳيو اصول اهڙين ئين مشينن سان بہ لاڳو ٿئي ٿو، جن کي اوهان سکڻ چاهيندا. سکڻ جي شروعات ڪرڻ

ڪان پوءِ ضروري ڳالهہ هيءَ هوندي آهي تہ اوهان پنهنجو مقصد مقرر ڪريو. چاڪاڻ تہ اوهان کي معلوم هئڻ کپي تہ اوهان ڪيڏانهن وڃي رهيا آهيو. جيڪڏهن اوهان وٽ هڪ منجهيل خيال آهي تہ اوهان جي ڪم جي تڪميل جي شڪل صورت بہ منجهيل هوندي.

عام خيال اهو آهي تہ ساڳي شيءِ گهڻي ورجاءَ وسيلي جلد سکي وٺبي آهي. پر مان هن اصول جي خلاف آهيان. ورجائڻ جي معنيٰ آهي ساڳيءَ شيءِ کي ساڳي نموني ڪندو رهڻ. پر اوهان جڏهن پهريون پيرو ڪابہ شيءِ سکڻ شروع ڪندا آهيو تہ غلطيون تمام گهڻيون ٿينديون آهن. تنهن جي معنيٰ اها ٿيندي تہ پنهنجن غلطين کي ورجائيندو رهڻو پوندو. جيڪڏهن گولف سکڻ مهل اوهان جي سونگ (Siving) غلط آهي ۽ ان کي ساڳي طريقي سان ورجائبو تہ اهو پنهنجي غلطين کي ورائڻ جي برابر ٿيندو. انهيءَ طريقي سان جيڪڏهن اوهان منهنجي غلطين کي ورجائيندا رهندا تہ صحيح طريقي اختيار ڪرڻ بدران اوهان ۾ غلطين ڪرڻ جي هير يا عادت پئجي ويندي.

جيڪڏهن اوهان جي واپاري شين جو وڪرو غلط طريقي سان ٿي رهيو آهي ۽ گراهڪن جي پيهہ بہ لڳي پئي آهي، اوهان جو سامان وڪرو بہ ٿي وڃي ٿو، پر غلط طريقي جي ورجاءَ ڪري اوهان ڪامياب سيلسمن ثابت ٿي ڪونہ سگهندا.

گولف ۽ ٽينس جو استاد ڪجهہ سکيل رانديگر ڪان ڪنهن اڻ ڄاڻ کي سيکارڻ وڌيڪ پسند ڪندو آهي. چاڪاڻ تہ اڌو ڳابرو سکيل رانديگر کي سيکارڻ ڪان پهريان سندس اڳيان سکيل غلط طريقا ڪاٽڻس وسارڻ جي ڪوشش ڪندو آهي. راند ۾ اهڙيون غلطيون وسارڻ ڏاڍيون ڏکيون هونديون آهن. چاڪاڻ تہ اهي غلط ورجاءَ ڪري جڙ عادت ٿي وينديون آهن.

تنهنڪري اهو سمجهڻ تہ ڪنهن شيءِ کي ورجائڻ سان ماڻهو صحيح نموني سان سکي وٺندو آهي، سو غلط آهي بلڪل غلط آهي، جيڪڏهن اوهان سکڻ ۾ تڪميل ڪرڻ چاهيو ٿا تہ پهريائين اوهان پاڻ مان غلطيون ڪڍو. پاڻ کي هر للڪار لاءِ تيار ڪريو. اهو طريقو اوهان کي گهڻو فائدو ڏئي سگهي ٿو. اهڙڻ ماڻهن کي چڱيءَ ريت جاچيندا رهو، جيڪي اوهان ڪان وڌيڪ ماهر آهن ۽ ڏسو تہ اهي کهڙيون شيون ڪري رهيا آهن، جيڪي ڪونہ ٿا ڪريو/ يا اوهان ڪنهن مختلف طريقي سان ڪري رهيا آهيو.

مان سمجهان ٿو ڪنهن شيءِ کي سکڻ لاءِ اهو بهترين طريقن مان هڪ آهي، جيڪڏهن اوهان ڪي تجارتي شيون وڪرو ڪرڻ ٿا چاهيو تہ اوهان

اهڙي سيلسمئن کي جاچي ڏسو جيڪو پنهنجن تجارتي شين وڪڻڻ ۾ آڙيڪاپ ماهر آهي. جيڪڏهن اوهان ماڻهن جي ميڙ سامهون بيهي تقرير ڪرڻ جا ماهر ٿيڻ ٿا چاهيو ته ماهر مقرر کي ڏيان سان ٻڌو.

ان سان گڏ هيءَ حقيقت پڻ ڌيان ۾ رکڻ لازمي آهي ته اهي ماهر ۽ استاد ماڻهو ڪڏهن پاڻ به سيڪڙاٽ هوندا ۽ اوهان جيان سکڻ جي ڪوشش ڪندا هوندا. اهي به غلطيون ڪندا هوندا ۽ اوهان جيان غلطين ڪيڻ جي ڪوشش ڪندا هوندا.

اوهان ڪهڙي وقت سکڻ ڇڏڻ لاءِ تيار ٿي ويندا آهيو

دلشڪستگي هڪ اڻ ڇاتو خوف هوندو آهي، جڏهن اوهان بي همت ۽ بيزار ٿي پوندا آهيو ته توهان جو اڳتي وڌڻ يا ترقي ڪرڻ رڪجي ويندو آهي. اوهان جي ڪاميابي نئين هنر يا موضوع بابت اوهان جي مهارت جلد ئي وڃي بي همت جي ڪُنڊ ۾ ٻيهندي آهي. اهڙو صورتحال ان نڪتي جو ماضي هوندو آهي ته پوءِ اوهان ان مان هٽ ڪيڻ ڇو ٿا گهرو؟

توهان کي معلوم ٿيندو ته جڏهن اوهان، ”مان ڇڏي ٿو ڏيان“ واري احساس جي آخري حد تي پهچندا آهيو ته اوهان ۾ سهائيءَ جو هڪ ڪرڻو ڦٽي پوندو آهي ۽ اوهان جو ڪنيل ٻيو قدم اوچتو هڪ صحيح رخ تي ڪپي ويندو آهي.

مون کي اها ڄاڻ ڪانه آهي ته ائين ڇو ٿيندو آهي، شايد اهو انهيءَ ڪري ٿيندو آهي جو اوهان جي اڳتي وڌڻ واري سگهه ختم ٿي چڪي هوندي آهي ۽ هي اهو وقت هوندو آهي، جو اوهان پنهنجي ڪيل جتن ۽ جاکوڙ تان هٽ ڪٽي وڃڻ وارا هوندا آهيو. قوي امڪان هي آهي ته اوهان هاڻي سکڻ جي سلسلي واري دور کان وڌيڪ مطئمن آهيو. مون کي پوري پڪ آهي ته اوهان به هن ڳالهه ۾ اتفاق ڪندا ته ماڻهو جڏهن مطمئن هوندو آهي ته جلدي ۾ سکي سگهندو آهي.

اوهان هن ڳالهه ۾ به مون سان ضرور سهمت هوندا ته اوهان جڏهن ڪار هلائڻ جي مشق ڪندا آهيو ۽ اوهان جو استاد اوهان سان گڏ ڪار ۾ ويٺل هوندو آهي ته اوهان ذاتي مهارت سان ڪار هلائي سگهندا آهيو. پر جڏهن اوهان ليسن وٺڻ لاءِ ڪار هلائڻ جو امتحان ڏيندا آهيو ته پهريون ناپاس ٿيندا آهيو.

جڏهن اوهان گولف کيڏندا آهيو ۽ اوهان کي ڪير به ڪونه ڏسندو آهي

تہ توهان ان وقت ڏاڍا مطمئن ڏسڻ ۾ ايندا آهيو ۽ اوهان جو ڌڪ هنيل بال ٻن سون گزن تائين تير جيان سڌو هليو ويندو آهي. پر جيڪڏهن ميدان ۾ اوهان سان دوست بہ گڏ آهن تہ بال کي پري تائين پهچائڻ لاءِ تمام گهڻي ڪوشش ڪندا آهيو. پر اهو هميشه جيان ڦرندو، متي تيز ڪائيندو، ڦاسندو گول واري اصل جڳهہ کان هٽي ويندو آهي. جڏهن اوهان سکڻ واري سلسلي مان گذري رهيا هجو تہ هي ٻہ اهم ڳالهيون ضرور ڌيان ۾ رکو. پهرين ڳالهہ تہ اوهان مطمئن هئڻ جي ڪوشش ڪريو. ٻي ڳالهہ تہ اوهان جي دل ۾ همت شڪنيءَ واري سوچ موجود نہ هئڻ کپي.

هيءَ ڳالهہ بہ ياد رکڻ گهرجي تہ غلطين ڪرڻ کان سواءِ سکڻ ممڪن ئي ڪونہ هوندو آهي. اوهان پنهنجي هر غلطيءَ کي پڪڙڻ جي ڪوشش ڪريو ۽ ان کي اڳتي نہ ورجائڻ جا جتن ڪريو. انهيءَ طريقي سان اوهان جو هيو قدم صحيح ثابت ٿيندو.

گهڻا ماڻهو گولف سکڻ مهل هڪ غلطي تہ ضرور ڪندا آهن. هن لاءِ گولف جو پٽيلو Stick صحيح نموني نہ جهلڻ غلط ڪونہ هوندو آهي، يا ڪا ٻي اهڙي غلطي ڪندا آهن جنهن کان بچڻ ممڪن ڪونہ هوندو آهي. بال بہ اهڙيءَ ريت ڌڪيندا آهن جو اصلي گول کان گهڻو پري گذري ويندو آهي، پنهنجي غلطي تسليم ڪرڻ جي تہ منجهن جڙ سَتي ئي پيل ڪانہ هوندي آهي. اهڙا ڪچا هوندا آهن جو ڪين وري نئين سر سکڻ جي شروعات ڪرڻ گهرجي.

ڪڏهن اوهان خط استويٰ واري علائقي سان لاڳاپيل ڪا مڇي پاڻ وٽ رکي آهي؟ مون وٽ هڪ اهڙي مڇي موجود آهي، جيڪڏهن اوهان سياميس فائيٽنگ Siamese Fighting مادي مڇي پرسان ٻيءَ ٽئنڪ ۾ ان نسل جو نر رکندا تہ اهو مادي وٽ پهچڻ لاءِ پنهنجي ٽئنڪ جي ڪناري سان اچي ٽڪر هڻندو آهي.

مون هڪ اهڙو نر ڏٺو جيڪو پوري هڪ ڪلاڪ تائين بنا ڪنهن گهاريءَ جي لڳاتار ائين ڪندو رهيو. پوءِ مان ماديءَ کي اتان پري ڪري ڇڏيو. ائين ڪرڻ بيوقوفي آهي. پر مڇي تہ ٿيندي ئي بيوقوف آهي.

مهرباني ڪري اوهان پنهنجي غلطين کي ڇڇڙ جيان چنبڙي نہ پئو. جيڪڏهن اوهان سکڻ واري خاص مرحلي تي انهن کان پاڻ بچائي نہ ٿا سگهو تہ سکڻ جو ڪو ٻيو طريقو اختيار ڪريو. سکڻ جو ڪم هڪ طريقو ڪونہ آهي. اوهان جيترا بہ ضروري سمجهو ايترا گهڻا طريقا ڪتب

آڻيو، سکڻ جي صحيح طريقي ملڻ تائين ائين ڪندا رهو.

مون کي هڪ جواريءَ جي ڳالهه ياد اچي رهي آهي جنهن کي جوا ۾ ٺڳيو پئي ويو. سندس دوست ڪيس چيو ته جيستائين توکي ٺڳجي وڃڻ جو احساس نه ٿيندو، تيستائين تون ڪڏهن ڪٿي ڪونه سگهندين "تنهن تي جواريءَ ڪيس وراڻيو ته مان ايترو بيوقوف ڪونه آهيان جو نه سمجهان. مان پوري ريت باخبر آهيان ته مون سان ٺڳي ٿي رهي آهي. مان مڪمل معلومات حاصل ڪرڻ ٿو چاهيان، ته هو مون کي ڪهڙي طريقي سان ٺڳڻ جي ڪوشش ڪري رهيو آهي. ان ڪان پوءِ مان پنهنجا سڀ وڃايل ڏوڪڙ هٿ ڪري وٺندس."

مون هڪ تحقيق جو نتيجو پڙهيو آهي، جنهن مطابق هر ماڻهو ڪابه شيءِ سکي سگهي ٿو، ڇاڪاڻ ته اهڙيون خوبيون هونديون آهن، جيڪي سکڻ ۾ مددگار ثابت ٿينديون آهن، ڇاڪاڻ ته واري ان ذات جي ڪير به وصف بيان ڪري ڪونه سگهيو آهي، پر اوهان کي ان بابت ڪابه ڳڻتي ڪرڻ نه گهرجي. فقط اهو سوچڻ گهرجي ته جيڪو ڪجهه اوهان سکي رهيا آهيو، سو نهايت اهم آهي. جيڪڏهن اوهان ان تائين پهچي نه ٿا سگهو ته پوءِ اوهان کي اهو پتو پئجي ڪونه سگهندو. ته اوهان ۾ ڪيتري اهيلت آهي. مون کي پڪ آهي ڪير به ائين ڪونه ڪندو آهي. والٽر ڊل اساڪاٽ Walter Dill Scott چيو آهي ته، "قوي امڪان اهو آهي ته هر ماڻهو سولائي سان پنجاهه في سيڪڙو پنهنجي اهليت وڌائي سگهندو آهي ۽ سندس صحت تي ڪوبه اثر ڪونه پوندو آهي."

اسان مان ڪجهه ماڻهو جسماني مهارت کان ذهني مهارت کي وڌيڪ پسند ڪندا ۽ ڪي وري ذهني مهارت کان جسماني مهارت کي اوليت ڏيندا آهن. مون هن باب ۾ اهڙا مثال ڏنا آهن، جيڪي ٻنهي قسم جي ماڻهن سان لهڪي بيهن ٿا. مان سمجهان ٿو ته ماڻهن کي ٻنهي قسمن جي مهارت سکڻ کپي. تجسس واري باب ۾ مان اهڙن ماڻهن جو ذڪر ڪري آيو آهيان، جيڪي روڪن ۽ رنڊڪن هوندي به ساري زندگي اڳتي وڌندا رهندا آهن ۽ مزاحمت هوندي به پنهنجو رخ ڪيڏانهن ڪونه موڙيندا آهن.

جيڪڏهن اوهان کي علم ۽ دانش کي استعمال ڪرڻ جي چاڻ آهي ته اها هڪ وڏي طاقت آهي.

اوهان ساري زندگي خاموش تماشائيءَ جيان نه رهو. پر جتي اوهان کي

جاءِ ملي ڪم ڪندا رهو. يارهن مان ڏهہ ماڻهو خاموش تماشائي هوندا آهن ۽ ڪنهن ڪم لاءِ سرگرمي ڪانہ ڏيکاريندا آهن. پر اهو تناسب 4:1 هجڻ کپي. جيڪڏهن اوهان اڪثر ڪنهن سرگرمي ۾ شريڪ نہ ٿيندا تہ ڪا نئين شيءِ سکي ڪانہ سگهندا. اوهان ائين ڪرڻ لاءِ ڪوشش ڪري تہ ڏسو. هڪ ٻيري جڏهن ڪو اوهان کي ڪنهن سرگرمي ۾ شريڪ ٿيڻ لاءِ چوي تہ توهان "نہ" بدران "ها" ڪريو. ۽ پڪ سمجهو تہ اوهان ائين ڪرڻ سان تمام گهڻو سکي سگهندا ۽ پنهنجي لاءِ هڪ نئين قسم جو منظر پيدا ڪري سگهندا. جيڪڏهن اوهان اڳئي ڪا سکيا ورتي آهي يا ڪا ڄاڻ اٿوَ تہ ان کي آزمائي ڏسو. علم ۽ دانش فقط ان وقت هڪ طاقت هوندي آهي، جڏهن اوهان ان کي عمل ۾ آڻيندا آهيو. جيڪڏهن اوهان ان کي استعمال نہ ٿا ڪريو تہ پوءِ اها امڪاني لڪل سگهہ آهي.

هن موقعي لاءِ جرمياهہ ڊبليو. جينڪس Jeremiah W. Jenks ڏاڍو صحيح چيو آهي تہ، "سکڻ ذهن ۾ داخل ٿيندڙ ۽ تڪميل ذهن کان ٻاهر ويندڙ شيءِ آهي." جيڪڏهن ذهن کي نتَ نوان خيال نہ ملندا رهندا جن کي هو ڪنهن مقصد لاءِ ڪم آڻي سگهي يا جيڪڏهن تڪميل کان پوءِ دماغ ۾ موجود خيالن کي ڪتب آڻي نہ ٿو سگهجي تہ ان فرد لاءِ خطري جي ڳالهہ آهي، ساڳيءَ ريت اهو ماڻهو ساري سماج لاءِ پڻ بيڪار آهي.

اسان وري سکڻ لاءِ فقط خواهش ڪرڻ يا ان کي مقصد بنائڻ واري نڪتي ڏانهن موٽي اچون ٿا. سکڻ لاءِ خواهش بہ ضروري شيءِ آهي، جنهن جو اڻون اڳئي ذڪرڪري آيو آهيان. پر مقصد بڻائڻ کان سواءِ سکڻ جي شروعات ڪري ڪانہ سگهبي آهي. مثال طور هنن لفظن ڏانهن نهاريو: برئپ Brap، پمر Pim، موڊ Mod، بئف Baf، نئل Nal، لِن Lin، رِڪس Rix، سُل Sul، پرن Prin، ڊئل ,Dal، لِگ Lig ۽ فب Fub، آهي ڪو هنن ۾ مقصد؟

اوهان هنن کي وري ڏسڻ کان سواءِ ياد ٻڌائي سگهندا. اهو بلڪل ناممڪن آهي. حقيقت اها آهي تہ توهان هنن ڏانهن ڪو ڌيان ئي ڪونہ ڏنو هو. ڇاڪاڻ تہ هنن کي ياد ڪرڻ جي اوهان کي نہ خواهش آهي ۽ نہ وري ڪو مقصد. جيڪڏهن اوهان ڪنهن سبب ڪري هي بي مقصد پد/ لفظ ياد ڪريو ٿا تہ سمجهو تہ اهي منهنجي هن ڪتاب پڙهڻ ۾ اوهان جا مددگار ثابت ٿيندا تہ حافظو ڪهڙي طريقي سان تعجب خيز ٻڌائي سگهجي ٿو؟ هاڻي اسان هنن پدن کي ياد ڪرڻ پنهنجو مقصد بنائي ورتو. جيڪڏهن اوهان هنن پدن کي وري ڏسندا تہ مان اها شرط لڳائي سگهان ٿو تہ انهن مان ڪجهہ نہ

ڪجهہ اوهان کي ياد ٿي ويندا. ڇاڪاڻ تہ هينئر اوهان جي ڏسڻ ۾ رويو ڪجهہ مختلف آهي. اوهان هنن کي ياد ڪرڻ پسند ڪندا تہ اها خواهش آهي. جيڪڏهن اوهان هنن کي حقيقي طور ياد ڪرڻ چاهيو ٿا تہ اهو مقصد ۽ موضوع بنائڻ کان پوءِ اوهان بلڪل ٿوري وقت ۾ هنن کي ياد ڪري وٺندا.

سکڻ جو مقصد ئي سکڻ جو اهم جز هوندو آهي. جيڪڏهن اوهان هڪ پيرو سکڻ کي مقصد بنائي ورتو تہ پوءِ اوهان خاص طريقئہ ڪار ۽ منظم نموني مطابق اڳتي وڌڻ شروع ڪريو. اوهان کي ڇيڳرائيءَ کان ڪم وٺڻ نہ گهرجي. ڇاڪاڻ تہ توهان جو اهو ڪم ڏاڍو ڏکيو آهي. اوهان جيڪو ڪجهہ سکڻ چاهيو ٿا، ان جو پورو خاڪو اوهان جي دماغ ۾ موجود هئڻ لازمي آهي. انهي طريقي اوهان جلد ۽ چڱيءَ ريت سکي سگهندا. جيڪڏهن اوهان ڇيڳرائي سان سکڻ جي شروعات ڪئي تہ ان جا نتيجا بہ اهڙا هوندا.

جيڪڏهن سکڻ واري شيءِ جي هڪ پيرو تصوير اوهان جي دماغ ۾ ويهي وڃي، تہ پوءِ هڪ هڪ قدم ڪٽندا اڳتي وڌو. اهڙيءَ ريت وڌڻ ڪري اوهان کي پڪ ٿي.ويندي تہ اوهان سمجهي رهيا آهيو ۽ ٻئي قدم اڳتي وڌائڻ کان اڳ پهرئين قدم جي تڪميل ڪري چڪا آهيو. هڪ پيرو اوهان جڏهن هر قدم جا ماهر ٿي ويو، تہ ان کي مڪمل سکيا جي صورت ۾ آزمائي بہ سگهو ٿا.

ذهني مهارت حاصل ڪرڻ لاءِ بہ ساڳيو اصول هوندو آهي. جنهن لاءِ پڻ معلومات حاصل ڪئي ويندي آهي. جيڪڏهن اوهان ڪنهن نظم جو لفظ لفظ ياد ڪرڻ ٿا چاهيو، ان کي بار بار پڙهو ۽ ان جي معنيٰ معلوم ڪريو، وڏي آواز سان پڙهو ۽ ان کي محسوس ڪريو.

اوهان ان ماحول مطابق شين کي سکڻ جي ڪوشش ڪريو. جنهن ۾ استعمال ڪرڻ جي اوهان کي توقع آهي. مان سمجهان ٿو تہ نيويارڪ شهر جي ٽرئفڪ جي ڏچي کي سمجهڻ کان پهريان مان گاڏي هلائڻ ڪونہ سکي سگهان ها.

جيڪڏهن اوهان تقرير جو فن سکڻ چاهيو ٿا تہ اوهان تقرير ڪرڻ جي ڪوشش ڪريو. جڏهن اوهان کي مناسب موقعو ملي تہ سامعين آڏو اُٿي بيهو ۽ تقرير ڪرڻ شروع ڪري ڏيو. پهرينءَ تقرير ڪرڻ مهل توهان جون وايون بتال ٿي وينديون. پر پوءِ توهان تقرير ڪرڻ سکي ويندا. هڪ پيرو جڏهن اوهان کي اهو محسوس ٿي ويو تہ اوهان ان ۾ ماهر ٿيڻ گهرو ٿا تہ

ڇڻ اوهان جو مسئلو حل ٿي ويو. اهڙو احساس پيدا ٿيندو آهي: آئون اهو بہ ذڪر ڪري آيو آهيان تہ اوهان جيڪڏهن دلشڪستا ٿي ويا تہ دل ۾ چوندا تہ جيڪر اها ڳالهہ ڇڏي ڏيان ها!

اوهان کي سدائين دماغ ۾ پنهنجي مقصد حاصل ڪرڻ جي اڻ تڻ ۽ لوري لڳل هجي. مقصديت ڪان سواءِ سڪيا ظاهر ٿي ڪانہ سگهندي آهي. اوهان پنهنجي ترغيب کي دلچسپ بنائي ڇڏيو.

مثال طور: ٻار اسڪول جي ڪم جي ڀيٽ ۾ بيس بال جو اسڪور ۽ رڪارڊ جلد ۾ سکي وٺندا آهن. ان جو ڪارڻ اهو آهي تہ هو بيس بال ۾ تمام گهڻي دلچسپي وٺندا آهن.

جيڪڏهن اوهان سمجهندا تہ ڊاري ٻولي سکڻ اوهان لاءِ اهم آهي تہ پوءِ اوهان ٻولي تمام جلد سکي وٺندا.

ڪيترا عاقل بالغ ماڻهو هي پراڻو بهانو ڏيندا آهن تہ، "پڪي گهڙي کي ڪَنا ڪونہ پوندا آهن." يا وري چوندا آهن تہ "ڪراڙي ڪتيءَ کي نيون اٽڪلون ڪونہ سيکاري سگهبيون آهن." اهي سڀ چريائيءَ جون ڳالهيون آهن. اهي سڀ نہ ڪرڻ جا بهانا هوندا آهن. انهن چوڻين جو اهو هرگز مطلب ڪونہ آهي تہ اوهان جي عمر سکڻ ڪان لنگهي وئي آهي. اهڙين ڳالهين مان سولائيءَ سان سمجهي سگهجي ٿو تہ اهي سسُت ۽ ڪاهل آهن ۽ پنهنجي ڀيٽ تان ٻير ڪٽي وات ۾ بہ وجهي سگهڻ جهڙا بہ ڪونہ آهن. وڌ تڻ ڪري دلچسپيءَ ۾ ٿڌائي ضرور اچي ويندي آهي، پر سکڻ جي اهيلت ۾ ڪابہ ڪمي ڪانہ ايندي آهي. اي. ايل. ٿارن ڊائيڪ A. L.Thoranike بالغن کي تعليم ڏيڻ جو مشهور ماهر هو. سندس چوڻ آهي تہ "عمر" واپار، ڌنڌي يا ٻي ڳالهہ سکڻ ۾ رنڊڪ ڪانہ هوندي آهي. توهان اهڙيون ڳالهيون عمر جي ڪهڙي بہ حصي ۾ سکي سگهو ٿا."

جڏهن اوهان کي احساس ٿئي تہ اوهان ڪا شيءِ سکڻ چاهيو ٿا تہ سکڻ جي ان خواهش کي پنهنجو مقصد بنائي ڇڏيو ۽ پنهنجي دلچسپي کي تيز ڪري ڇڏيو. هن ڪتاب ۾ بيان مشورن تي عمل ڪرڻ جي ڪوشش ڪريو تہ پوءِ اوهان کي ڪنهن بہ شيءِ سکڻ ۾ ڪابہ ڏکيائي محسوس ڪانہ ٿيندي.

هن حقيقت کي بہ ياد رکڻ گهرجي تہ، "غريبن لاءِ سکڻ دولت ۽ شاهوڪارن لاءِ عزت، جوانن لاءِ مدد ۽ ڪراڙن لاءِ ٽيڪ ۽ آڌار هوندي آهي."

(جان. سي. لاواٽار)

باب چوڏهون

اوهان پنهنجي مشاهدي جي سگهه

کهڙيءَ ريت وڌائي سگهو ٿا؟

مان هيءَ ڳالهه ضروري ۽ مناسب ڪونه ٿو سمجهان ته اوهان جو مشاهدو شرلاڪ هولمس Sherlock Holmes جهڙو تيز هجي. پر هيءَ ڳالهه ضرور چاهيان ٿو ته اسان جا گهڻا دوست جڏهن مشاهدو ڪن ته دماغ کي ڪجهه تيز ڪن.

اسان جا گهڻا دوست ڏسندا ضرور آهن، پر مشاهدو ڪونه ڪندا آهن. پر جيئن ته هن ڪان پوءِ وارو باب به حافظي جي موضوع تي بحث ڪرڻ واسطي مخصوص ڪيو ويو آهي. يعني هيءَ ۽ ايندڙ معنيٰ به باب دماغي صلاحيتن کي وڌائڻ جي مقصد سان ڏنا ويا آهن. تنهن ڪري صحيح ائين ٿيندو ته شروعات مشاهدي کان ڪئي وڃي. ان جو ڪارڻ اهو آهي ته جيڪڏهن اوهان ڪنهن شيءِ جو مشاهدو نه ڪيو آهي ته اها اوهان کان هڪدم وسري ويندي. اکيون ڏسنديون آهن، انهيءَ لاءِ ته ڏٺي ويندڙ شيءِ کي دماغ سمجهڻ جي ڪوشش ڪري.

· توهان جنهن شيءِ ڏانهن نهاريندا آهيو، تنهن کي اوهان واقعي ڏسندا به آهيو يا نه؟

مثال طور اوهان هيٺ ڏنل خاني ڏانهن ڏسو:

TREES IN THE THE FOREST X

توهان ڏسو تہ ان ۾ ڇا لکيل آهي؟ هن ۾ لکيل آهي "Trees in the forest" اوهان وري بہ ڏسو. مون هن قسم جو تجربو گهڻا ڀيرا ڪيو آهي. ڇاڪاڻ تہ مان سمجهان ٿو تہ هن وسيلي آزمائي سگهجي ٿو تہ اوهان جي مشاهدي جي سگهہ گهٽ آهي يا سٺي؟

جيڪڏهن اوهان مٿي ڏنل تحرير چڱيءَ ريت نہ پڙهي آهي تہ ان کي وري پڙهو جيڪڏهن اوهان اڃا بہ سمجهو ٿا تہ انهيءَ جملي ۾ "Ireas in the forest" لکيل آهي تہ پوءِ اوهان بہ اهڙن ماڻهن جيان آهيو جيڪي مشاهدو ڪونہ ڪندا آهن. مون ڪيترائي ماڻهو اهڙا ڏٺا آهن جيڪي هن جملي ڏانهن ڌيان ڏسندا آهن ۽ قسم کڻي چوندا آهن تہ انهيءَ جملي ۾ فقط "Ireas in the forest" لکيل آهي. جيڪڏهن اوهان هن جملي جي هر لفظ کي چٽائي ۽ ڌيان سان پڙهندا تہ هن جي پڙهڻي هن ريت آهي: "Trees in the forest"؛ يعني جملي ۾ هڪ "The" وڌيڪ آهي.

شايد اوهان کي هي مثال هڪ فريب يا دوکو محسوس ٿيندو. مان اوهان سان هن ڳالهہ ۾ متفق آهيان. اسان جا دماغ ڪن ڄاتل سڃاتل جملن کي جلديءَ ۾ پڙهي وچي توڙ ڪندا آهن. هن مان مون کي اهڙي ثابتي ملي وڃي ٿي تہ اسان مان گهڻا اڃا بہ مشاهدو ڪونہ ڪندا آهن. اوهان هن جملي وسيلي پنهنجن دوستن کي بہ آزمائي سگهو ٿا.

اوهان ڪڏهن اهڙو ٿيئٽر يا فلم ڏٺو آهي، جنهن کي تمام گهڻا ماڻهو ڏسڻ ايندا آهن ۽ ختم ٿيڻ کان پوءِ ڇا ٿيندو آهي؟ اوهان ماڻهن جي ميڙ سان گڏ هڪ قطار هوريان هوريان هڪ دروازي مان ٻاهر نڪرڻ جي ڪوشش ڪندا آهيو. گهڻو ڪري مون سان بہ ائين ٿيندو آهي. جڏهن مان ٻاهر نڪرڻ لاءِ دروازي پرسان پهچندو آهيان تہ مون کي پرسان ئي ٻاهر وڃڻ لاءِ ٻہ يا ٽي ٻيا بہ دروازا ڏسڻ ۾ ايندا آهن. جن کي ماڻهو استعمال ئي ڪونہ ڪري رهيا هئا.

ڪنهن بہ ماڻهوءَ هنن دروازن ڏانهن غور سان ڏٺو يا نهاريو ئي ڪونہ هو. مان سمجهان ٿو هنن دروازن جو ڪنهن ماڻهوءَ مشاهدو ئي ڪونہ ڪيو هو. ڇاڪاڻ تہ اسان گهڻو ڪري واضح ۽ چٽيون شيون بہ ڏسي ڪونہ سگهندا آهيون. جيڪي اسان جون ڄاتل سڃاتل هونديون آهن ۽ ڏهاڙي ڏسندا رهندا آهيون.

جيڪڏهن اوهان هن ڳالهہ ۾ مون سان اختلاف راءِ رکو ٿا تہ پوءِ اوهان مون کي هنن سوالن جا جواب ڏئي سگهندا؟ توهان پنهنجي گهر جي ٻاهرئين

در کي ڏنل جنڊي/ تالي کي لاهڻ مهل ڪنجي ساڄي پاسي ڦيرائيندا آهيو يا کاٻي؟ توهان کي خبر آهي تہ ٽرئفڪ جي سگنل مٿان ڪهڙي رنگ جي روشني سدائين ٻرندي رهندي آهي، سائي يا ڳاڙهي؟ توهان کي چيڪ بوڪ ۾ لکيل پنهنجي رقم جي خبر آهي؟ توهان جي واچ جي ڊايل تي ڇهن جو انگ عربي 4 آهي يا رومن VI آهي؟ توهان کي اها ڄاڻ آهي تہ ٽيليفون جي ڊائل تي الف- بي جا ڪهڙا ٻہ اکر ڪونہ هوندا آهن؟ اوهان ٻڌائي سگهندا تہ اوهان جو گهاٽو دوست ڪهڙي برانڊ جا سگريٽ ڇڪيندو آهي؟ توهان کي اها ڄاڻ آهي تہ هن وقت اوهان کي ڪهڙي رنگ جا جوراب پاتل آهن؟

مان اوهان کان اجا بہ ڪيترائي ساڳئي قسم جا سوال پڇي سگهان ٿو، تہ هر ماڻهو مون سان هن ڳالهہ تي اتفاق ڪندو تہ سندس مشاهدي جي سگهہ ڪيئي وڌائي سگهجي ٿو. اوهان کي سکڻ لاءِ ڀهرين ڳالهہ هيءَ ڪرڻي آهي تہ جنهن بہ شيءِ ڏانهن اوهان ڏسو بلڪل ڌيان ۽ غور سان ڏسو. هن ڪتاب ۾ گهري سوچڻ Concentration واري باب ۾ هن موضوع تي گهڻو بحث ڪيو ويو آهي.

جيڪڏهن اوهان ڌيان ڏئي ڏسڻ تي عمل ڪندا رهندا تہ اوهان ۾ مشاهدي ڪرڻ جي عادت پئجي ويندي. توهان پنو کڻي هڪ ڪمري ۾ ويهي اهڙين شين جي فهرست جوڙيو، جيڪي ڪنهن پئي ڪمري ۾ موجود آهن. پر انهن کي ڏسو نہ. سڀ شيون لکو، جهڙوڪ: تصويرون، فرنيچر، ائشٽري وغيره. پوءِ اوهان ان ڪمري ۾ وڃي ڏسو. پوءِ اوهان پنهنجي جوڙيل فهرست کي ڏسو تہ ڪهڙيون شيون لکڻ کان رهجي ويون آهن. اهڙيءَ ريت ڪمري جي مشاهدي کان پوءِ فهرست جي شين ۾ وڌيڪ اضافو اچي ويندو. پوءِ اوهان هر ڪمري جي شين جي، حافظي موجب، فهرست تيار ڪيو ۽ پوءِ وڃي ڪمري جو مشاهدو ڪريو. جيڪڏهن اوهان گهر اندر ۽ گهر کان ٻاهر وارين شين جي فهرست جوڙي مشاهدا ڪندا رهندا تہ اوهان جي مشاهدي جي سگهہ وڌي ويندي.

توهان اهڙي گهٽي ذهن ۾ آڻيو، جيڪا اوهان ڪيترا ئي ڀيرا ڏٺي آهي. ان گهٽيءَ ۾ موجود هٽن جي فهرست تيار ڪيو. جيڪا هٽن جي اصلي ترتيب مطابق هجي. پوءِ جاچي پرکي ڏسو تہ اوهان ڪهڙا هٽ وساريا آهن. جيڪڏهن اوهان کان ڪي هٽ وسري ويا آهن تہ وري ٻيو ڀيرو فهرست جوڙيو. ان کان پوءِ ڪنهن ٻي گهٽيءَ جي هٽن جي فهرست تيار ڪريو.

اوهان ڪنهن دوست جي تصوير ذهن ۾ آڻيو ۽ ان جي مُنهن کي تفصيل

سان لکو. ڪيس وري ڏسڻ کان پوءِ پنهنجي لکيل پني کي جاچي ڏسو تہ ڪهڙيون ڳالهيون اوهان کان وسري ويون آهن. پنهنجي دوست جي منهن کي چڱيءَ ريت ڏسڻ کان پوءِ وري فهرست جوڙيو. هن وقت اوهان کي ڏسڻ ۾ ايندو تہ اوهان جي دوست جي منهن ۾ ڪي اهڙيون ڳالهيون آهن، جن ڏانهن اڳي اوهان جو ڌيان ئي ڪونہ ويو هو. پيون بہ تمام گهڻيون ڳالهيون آهن، جن وسيلي اوهان پنهنجي مشاهدي کي آزمائي سگهو ٿا. اوهان جيترو وڌيڪ پنهنجي مشاهدي کي آزمائيندا اوترو وڌيڪ اوهان جو مشاهدو تيز ۽ سگهارو ٿيندو ويندو. مان هي بحث اتي ئي ڇڏي ٿو ڏيان. مان اوهان کي هن باري ۾ يقين ٿو ڏياريان تہ اوهان جيڪڏهن هر شيءِ کي ڌيان ۽ خبرداري سان ڏسندا تہ توهان نہ رڳو وقت وڃائڻ ۽ مشڪل کان بچي ويندا، پر اوهان جي حافظي ۾ بہ گهڻي طاقت اچي ويندي. ساموئل جانسن Samuel Johnson جو چوڻ آهي تہ، ”ڪن شين کي ياد ڪرڻ جو حقيقي فن، خبرداري سان ڏسڻ جو فن آهي.“

ڪوٺي سڪي کي بہ سڃاڻي سگهجي ٿو.

مان هن وقت مشاهدي ۽ حافظي جي سگهہ جي موضوع تي بحث ڪري رهيو آهيان. پر مان اوهان کي اهو محسوس ڪرائڻ ڪونہ ٿو چاهيان تہ مون کوٽي سڪي جي مسئلي کي حل ڪرڻ وارو اوهان سان ڪيل واعدو وساري ڇڏيو آهي. توهان کي اهو مسئلو ضرور ياد هوندو؟ توهان وٽ ٻارهن سڪا آهن. جن مان هڪ، باقي يارهن کان هلڪو يا ڳرو آهي. توهان وٽ تور ڪرڻ لاءِ تارازي موجود آهي. پر تورڻ جي فقط ٽي ڀيرا موڪل آهي، انهيءَ دوران اوهان کي ڳولائڻو آهي تہ ڪوٺو سڪو ڪهڙو آهي ۽ اهو اهو ٻين کان هلڪو آهي يا ڳرو؟

مان سمجهان ٿو تہ اوهان پاڻ بہ ڪوٺي سڪي ڳولڻ جي جاکوڙ ڪئي هوندي. چاڪاڻ تہ انسان پنهنجي تجربي مان گهڻو ڪجهہ سکي سگهندو آهي، هيءَ پرولي پيچڻ پهريائين تہ ڏاڍي ڏکي لڳندي آهي، جيڪڏهن اوهان قدم قدم کڻندا اڳتي وڌندا هلندا تہ اوهان کي ڪنهن بہ قسم جي ڏکيائي محسوس ڪانہ ٿيندي، هن مسئلي جو حل ٽن فقرن ۾ ڏنو ويو آهي، جن مان هر هڪ کي آئون الف، ب ۽ ت جا نالا ڏيان ٿو. هاڻي مسئلي جي حل جو بيان ڪري رهيو آهيان.

پهريائين اوهان تارازي جي هرهڪ پڙ تي چار چار سڪا پاڻ توري

ڏسو. هن تور مان به نتيجا نڪرندا. هڪ ته اهي پاڻ ۾ برابر ٿيندا پيو ته اڻ برابر ٿيندا. هيءَ اوهان جي پهرين تور آهي.

(الف) هن تور مان اوهان کي پتو پئجي ويو ته ڪوڙو سڪو انهن ڇهن سڪن ۾ آهي، جيڪي توريا ڪونه ويا آهن. هاڻي اوهان ٽي سڪا توريل سچن سڪن مان کڻو ۽ ٽي سڪا انهن ڇهن سڪن مان کڻو جيڪي اوهان نه توريا آهن ۽ ڪوڙو سڪو به انهن ۾ موجود آهي. انهن کي پاڻ ۾ توري ڏسو. هن تور جا به نتيجا نڪرندا يا ته سڪا پاڻ ۾ برابر ٿيندا يا اڻ برابر.

جيڪڏهن تارازيءَ جي پڙن ۾ رکيل ٽي ٽي سڪا هڪ ٻئي سان برابر ٿي بيٺا ته اڻ ٽريل سڪن مان باقي رهندو ڇوٿون سڪو،. جيڪو ڪوڙو سمجهيو ويندو. اوهان لاءِ اجا ٽين تور رهيل آهي. پوءِ ان ڪوڙي سڪي کي ڪٿي هڪ سڪي سان توري ڏسجي جنهن مان ڪوڙي سڪي مان ڳراڻ يا هلڪاڻ جو پتو پئجي ويندو. ڇاڪاڻ ته جيڪڏهن ڪوڙي سڪي وارو تارازيءَ جو پاسو هيٺ ٿي ويو ته ڪوڙو سڪو ڳرو ۽ جيڪڏهن مٿي ٿي ويو ته هلڪو سمجهيو ويندو.

هاڻي اسان موٽي فقري الف واري ٻيءَ تور وٽ اچون ٿا. جيڪڏهن اسان ڪرن سڪن جي ٻئي پاسي اهڙا ٽي سڪا وڌا آهن، جن ۾ هڪ ڪوڙو سڪو آهي ته پوءِ اسان کي تارازيءَ جي پڙن ڌانهن ڌيان ڏيڻو پوندو. جيڪڏهن ڪرن سڪن جي مقابلي ۾ پاسو هيٺ ٿي ويو ته سمجهڻ کپي ته ڪوڙو سڪو انهن ۾ موجود آهي ۽ اهو ڪرن سڪن کان تور ۾ ڳرو آهي. پر جيڪڏهن اهو پاسو مٿي ٿي وڃي ٿو ته ڪوڙو سڪو هلڪو آهي.

(ب) ٽين تور: اوهان وٽ ٽي سڪا آهن جن مان ڪو به هڪ ڪوڙو آهي. اوهان هنن مان به سڪا کڻو ۽ پاڻ ۾ توري ڏسو. جيڪڏهن برابر آهن ته ٽيون تور کان رهيل سڪو ڪوڙو آهي. ٻيءَ تور واري مرحلي ۾ توهان کي اهو پتو پئجي چڪو آهي ته ڪوڙو سڪو ڳرو آهي يا هلڪو. جيڪڏهن تارازيءَ جا پڙ هيٺ مٿي ٿي ويا آهن ته توهان کي سولائيءَ سان پتو پئجي ويندو ته کهڙو سڪو ڪرو آهي ۽ کهڙو ڪوڙو؟ جيڪڏهن ٻي تور ۾ اوهان کي پتو پئجي ويو آهي ته ڪوڙو سڪو هلڪو آهي ته تارازيءَ جي مٿي ٿي ويل پڙ تي رکيل سڪو ڪوڙو آهي. پر جيڪڏهن ٻيءَ تور وسيلي توهان کي پتو پئجي ويو آهي ته ڪوڙو سڪو ڳورو آهي ته هيٺ ٿيل پڙ ۾ رکيل سڪو ڪوڙو سجهڻ کپي.

جيڪڏهن پهرين تور ۾ ٻئي پاسا وزن ۾ هڪ جهڙا آهن ته مسئلو حل

ٿي ويندو. جيڪڏهن اها تور برابر نہ ٿي بيهي تہ پوءِ مسئلو ڪجھہ منجهي پوي ٿو. ان ڪان پوءِ اوهان سوچي ڪنهن حل تي پهچڻ جي ڪوشش ڪريو. پڇاڙيءَ ۾ ان جو سولو حل اوهان کي ٻڌائيندس. پر جي اوهان حل ڪندا تہ ان کي صحيح نموني سمجهي ويندا.

جيڪڏهن پهرين تور، ڇهن ڇهن سڪن جي تور پاڻ ۾ اڻ برابر آهي تہ اهڙيءَ ريت مٿي ويندڙ پاسي چار سڪا هلڪا سمجهبا ۽ هيٺ ويندڙ پڙ تي رکيل چار سڪا ڳرا سمجهيا ويندا. انهيءَ مان سمجهي ڪونہ سگهبو تہ ڪوٺو سڪو الائي ڪهڙي ڇونڪ ۾ آهي. پر هن تور مان ايترو ضرور سمجهي سگهجي ٿو تہ اڻ تريل چار سڪا کرا آهن تہ آخري تور واسطي ٽن سڪن کان وڌيڪ نہ هئڻ کپن. هاڻي چوندئو تہ اوهان ڇا ڪري رهيا آهيو؟ هاڻي اوهان چار چار سڪا توري ڏسو. پر ان ۾ توري تبديلي ڪريو. مثال طور: اوهان تارازيءَ جي ڪاٻي، هڪ هلڪي پاسي واري سڪن مان رکو ۽ ٽي کرا رکو.

تارازيءَ جي ساڄي پاسي واري پڙ ۾ هڪ انهن مان ڪٽي رکو جيڪي پهرينءَ تور ۾ ڳورا سڪا ثابت ٿيا هئا ۽ باقي ٽي سڪا اهي رکو جيڪي پهرين تور ۾ هلڪا سمجهيا ويا هئا ۽ جن مان هڪ ڪٽي ٽن ڪرن سڪن سان ملائي تارازيءَ جي ڪاٻي پاسي رکيو ويو هو. هن طريقي سان هينئر اوهان وٽ هڪ ڪرو سڪو ۽ ٽي ڳري پاسي وارن سڪن مان پيل آهن، جيڪي تارازي ۾ ڪونہ وڌا ويا آهن. هن سان گڏ اوهان کي هن حقيقت ڏانهن بہ ڌيان ڏرڻو پوندو تہ ڪهڙا سڪا تارازيءَ جي ڪهڙي پڙ ۾ رکيا ويا آهن.

(ت) هاڻي ڏسو تہ تارازيءَ جا پڙ پاڻ ۾ برابر بيهن ٿا يا نہ ٿا بيهن. جيڪڏهن اهي برابر بيهن ٿا تہ سمجهڻ کپي تہ ڪوٺو سڪو مٿي بيان ڪيل ٽن ڳرن پاسي وارن ٽن سڪن مان نہ آهي. جيڪي اوهان هاڻي بنا تورڻ جي اٿين رکي ڇڏيا آهن. تنهڪري هنن سڪن کي فقري (ب) ۾ ذڪر ڪيل سڪن جيان پاڻ توري ڪوٺو سڪو معلوم ڪيو وڃي. يعني هنن ٽن سڪن مان ٻن کي هڪ هڪ ڪري پاڻ ۾ توريو. جيڪڏهن اهي تور ۾ هڪ جيترا آهن تہ باقي رهندڙ ٽيون سڪو ڪوٺو آهي. پر جيڪڏهن اهي وزن ۾ هڪ جيترا ڪونہ آهن تہ سمجهڻ کپي تہ تارازيءَ جي هيٺ ويندڙ پاسي ۾ رکيل سڪو ڪوٺو آهي، جيڪو ڳرو آهي.

جيڪڏهن ٻئي مرحلي واري تور ۾ پڙ هڪ ٻئي جي برابر نہ ٿا بيهن تہ

پوءِ چا ٿيڻ کپي. فرض ڪريو ته تارازيءَ جو ڪابه پڙ مٿي ٿي وڃي ٿو ۽ ساڄي پاسي وارو پڙ هيٺ ٿي وڃي ٿو ته ان صورت ۾ سمجهڻ کپي ته اهو هلڪو آهي ۽ اهو ڪابي پاسي وارن سڪن ۾ هوندو جيڪو مٿي ٿيو بيٺو آهي ۽ جيڪڏهن ڳرو آهي ته تارازيءَ جي هيٺ واري پڙ ۾ رکيل سڪن مان هوندو ۽ ڳرو هوندو. ان ڪري ائين نه ٿو سمجهي سگهجي ته اهو سڪو انهن ٽن هلڪن سڪن مان نه آهي جن کي هڪ ڳري سڪي سان ملائي تارازيءَ جي ساڄي پاسي واي پڙ ۾ رکيو ويو آهي. توهان کي معلوم هوندو ته تارازيءَ جي ڪابي پاسي واري پڙ ۾ رکيل چئن سڪن مان ٽي سڪا ته ڪرا آهن، تنهنڪري ڪوٽو سڪو انهن مان ته ٿي ڪونه ٿو سگهي.

هاڻي آخري تور لاءِ اوهان وٽ هڪ امڪاني ڳرو ۽ هڪ امڪاني هلڪو سڪو موجود آهي، جن مان هڪ کي ڪري سڪي سان توري ڏسو جيڪڏهن اهو هيٺ هليو وڃي ته اهو ڪوٽو سڪو آهي. پر جيڪڏهن ڪري سڪي سان سنئين ڪانيءَ بيهي وڃي ٿو ته سمجهڻ کپي ته باقي رهيل سڪو ڪوٽو آهي.

جيڪڏهن وري ٻئي مرحلي واريءَ تور ۾ تارازيءَ جو ڪابو پاسو هيٺ هليو وڃي ٿو ۽ ساڄو پاسو مٿي ته ان جو حل ڪجهه مختلف آهي. ان حالت ۾ اوهان کي سمجهڻ کپي ته ڪوٽو سڪو ساڄي پاسي رکيل ٽن هلڪن سڪن مان وڏيڪ آهي. پر هنن سان گڏ رکيل امڪاني ڳرو سڪو نه آهي. جيڪڏهن ائين هجي ها ته ساڄو پاسو هيٺ هليو وڃي ها. اهو سڪو امڪاني هلڪو به ڪونه آهي. جيڪڏهن ائين هجي ها ته اهو پاسو مٿي هليو وڃي ها. هاڻي توهان وٽ هلڪي پاسي وارا ٽي سڪا آهن، ٻن مان هڪ ڪوٽو سڪو آهي. توهان مسئلي کي ففري (ب) ۽ (ت) جيان توري حل ڪري سگهو ٿا. يعني هنن ٽن سڪن مان ٻن کي پاڻ ۾ توري ڏسو جيڪڏهن اهي پاڻ ۾ هڪ جيترا آهن ته باقي رهيل ٽيون سڪو ڪوٽو آهي. پر جيڪڏهن اڻ برابر آهن ته مٿي ويندڙ تارازيءَ جي پڙ ۾ رکيل سڪو ڪوٽو آهي جيڪو هلڪو آهي.

هن مسئلي جو مڪمل حل اهو آهي. مان سمجهان ٿو ته اهو گهڻو منجهيل آهي. پر جيڪڏهن سوچي ويچاري ڏسبو ته اهو اهڙو ڪو پيچيده به ڪونه آهي. جيڪڏهن اوهان هڪ ڀيرو ان کي سمجهي ۽ سڪي ويا ته ڪهڙو سڪو ڪٿي آهي ته اوهان پاڻ ئي سمجهي ويندا ته ان کي ڪهڙيءَ ريت ٻيجي سگهجي ٿو.

تنهنڪري هن تي عمل ڪرڻ ڏاڍو سولو آهي. اوهان راند کيڏڻ وارن پتن جي تاس مان يارنهن ڪارا ۽ هڪ ڳاڙهو پتو الڳ ڪريو جيڪو ڪوٽي

سگهي جي نمائندگي ڪرڻ لاءِ هوندو. پنهنجي مدد ڪرڻ لاءِ ڪنهن ويجهي دوست کي سڏ ڪريو ۽ انهن ٻارنهن پتن جي پيس ڪريو ۽ بنا ڏسڻ جي چار پتا الڳ ڪري پنهنجي ڪاٻي طرف رکو. اهڙي ريت ٻيا چار به ساڳي طريقي سان ڪٽي پنهنجي ساڄي پاسي رکو. ائين سمجهو ته اوهان انهن کي تارازيءَ جي مختلف پڙن ۾ رکيو آهي. پنهنجي دوست کي چڱيو ته فيصلو ڪري ته اهو ڳاڙهو پتو (ڪوڙو سڪو) هلڪو آهي يا ڳرو.

هو پتن کي ڏسي اهڙو اشارو ڪري ته تارازيءَ جو ڪهڙو پڙ هيٺ ۽ ڪهڙو پڙ مٿي وڃي رهيو آهي يا ٻئي پاسا وزن ۾ هڪ جيترا آهن. پوءِ اوهان مرحلي وار ائين ڪندا رهو، جهڙيءَ ريت مٿي ڪتاب ۾ هدايتون ڏنيون ويون آهن. بس اهو ڪجهه ته ڪرڻو آهي. ٿوريءَ گهڙيءَ کان پوءِ ٽينءَ ٽور کان بعد اوهان کي معلوم ٿي ويندو ته انهن پتن مان ڳاڙهو پتو يعني ڪوڙو سڪو ڪهڙو آهي؟ ان کان سواءِ اهو به پتو پئجي ويندو ته اهو ٻين سڪن کان هلڪو آهي يا ڳرو.

اوهان ڪتاب ۾ لکيل هن مسئلي جي حل کي وري به ڌيان سان پڙهو ۽ ان کي وڌيڪ سمجهڻ لاءِ تاس جي پتن وارو طريقو ڪتب آڻيو. ان ساري سلسلي جو خاڪو پنهنجي ذهن ۾ رکو ۽ هن مسئلي کي حل ڪري پاڻ به لطف اندوز ٿيو.

باب پندرهون

ڪنهن شيءِ کي ٿوريءَ محنت سان ڪهڙيءَ ريت ياد ڪري سگهجي ٿو؟

مريض: ڊاڪٽر صاحب! اوهان منهنجي واهر ڪريو منهنجو حافظو ڪمزور ٿيندو پيو وڃي. مون کان هر ڳالهه ڪن پل ۾ وسري ٿي وڃي. مون کي پتو ڪونه ٿو پوي ته انهيءَ لاءِ مان ڇا ڪريان؟
ڊاڪٽر: اهڙيءَ حالت جي اوهان کي پهريائين خبر ڪڏهن پئي؟
مريض: خبر! ڇا؟

مان سمجهان ٿو ته ذهني قوت جي حقيقي معنيٰ هڪ منظم قسم جو دماغ آهي، جنهن کي حافظو سڏجي ٿو. شايد انهيءَ ڪري ته اهو مون کي تمام گهڻو ويجهو آهي. مان چاهيان ٿو ته اهو گهڻو اهم آهي.

هرمرد ۽ عورت سِکي، پنهنجو حافظو وڌائي سگهي ٿو. سڀ کان وڏيڪ اهم، تنظيم Organization هوندي آهي. مان اها ڳالهه اوهان کي سمجهائي رهيو آهيان.

سڀ کان پهرين ڳالهه ته حافظو ڪيترن شين جو اتحاد Assciation آهي. جڏهن اسان ڪنهن شيءِ کي ياد ڪرڻ جي خواهش ڪندا آهيون ته ان جو تعلق ڪنهن نه ڪنهن طريقي اهڙيءَ شيءِ سان هوندو آهي جنهن کي اسان اڳئي ياد ڪري چڪا هوندا آهيون، اوهان جيڪا به شيءِ هن وقت ياد ڪرڻ گهرو ٿا، تنهن سان اوهان جو ڪنهن نه ڪنهن قسم جو تعلق اڳئي هوندو آهي.

توهان ان کي گهڻا پيرا ڏٺو آهي يا ان بابت ڪجهه نه ڪجهه ٻڌو آهي. اوهان جون اچرج کان آگريون ڪڄي ٿيون وڃن ۽ تعجب کان اوهان وائڙا ٿي ويندا آهيو ۽ چوندا آهيو ته، ”اڙي اهو ته مون کي فلاڻي ڳالهه ٿو ياد ڏياري!“ جيڪا شيءِ اوهان کي ڪا ڳالهه ياد ڏياري رهي آهي، تنهن جو ان ڳالهه سان ڪوبه لڳ لاڳاپو ڪونه هوندو آهي. پر ان هوندي به انهن وچ ۾

ڪٿي نہ ڪٿي ضرور ڪو ڳانڍاپو هوندو. ليڪن مشڪل اها آهي تہ اهڙا لاڳاپا تحت الشعوري قسم جا آهن. جيڪڏهن اوهان شعوري طور اهڙيون ڳالهيون سڪندا تہ توهان جو حافظو ”ياد ڪرڻ جو ماهر“ ٿي ويندو.

گهڻي وقت کان وٺي شعوري اتحاد کي استعمال ڪرڻ جي ڪوشش ڪئي پئي وڃي، انهيءَ مقصد لاءِ تہ جيئن اهو طريقو ماڻهن کي هر ڳالهہ ياد ڪرڻ ۾ مددگار ثابت ٿئي. جڏهن اوهان اسڪول ويندا آهيو تہ اوهان هڪ جملو پڙهندا آهيو، ”هر با فضيلت ڇوڪرو بافضيلت ڳالهيون ڪندو آهي.“ Every Good Boy Does Fine اهي لفظ اوهان کي موسيقي جي رهنمائيءَ واري لڪڻ جون ليڪون ياد ڏياريندا آهن، جنهن کي ٽي مٿا هوندا آهن. هي جملو پڻ پڙهندا تہ ڪوڙ تي ويساهہ ڪرڻ نہ گهرجي Never Belive a lie هن جملي مان اوهان سکي وٺندا آهيو تہ Believe جي هِجي ۾ "I" جو اکر "E" کان اڳ ۾ ايندو آهي. ان کان سواءِ "Homes" جي لفظ مان اوهان کي وڏين ڍنڍن جي نالن ياد ڪرڻ ۾ وڏي مدد ملي ويندي آهي يعني هيورون Huron، اونٽاريو Ontario، مچيگان Michigan، ايري Erie ۽ سپيرير Superior. هنن ڍنڍن جي نالن جا پهريان اکر جيڪڏهن پاڻ ۾ ملائبا تہ هومس Homes جو لفظ جڙي پوندو.

حافظي سان تعلق رکندڙ ٻيا راز

مان هن ڪتاب ۾ حافظي کي طاقتور بڻائڻ جو مڪمل نصاب نہ ڏئي رهيو آهيان. پر مان اوهان کي هي ڳالهہ ٻڌائڻ نهايت ضروري ٿو سمجهان تہ نظام آشنائي Systamization ۽ تنظيم Organization اهڙو طريقو آهي، جنهن وسيلي اوهان هر شيءِ ياد ڪري سگهندا آهيو ۽ انهي طريقي سان اڳي اوهان اهڙيون شيون ياد ڪونہ ڪيون هونديون آهن.

مثال طور اوهان هنن ٻارهن لفظن ڏانهن ڌيان ڏيو:

Shoe, Eyeglasses, Cigaretle, Flower, Book, Necktie, Baseball, Clock, Car, Suitcase and Ship

اوهان پاڻ ۾ اهو يوتو پانيو ٿا تہ انهن لفظن کي هڪ ڀيرو ٻڌڻ ۽ ڏسڻ سان ياد ڪري سگهو؟ مان سمجهان ٿو تہ اوهان ائين ڪري ڪونہ سگهندا. مون کي پڪ آهي تہ ڪوبہ ماڻهو اهڙي فن سکڻ کان سواءِ ائين ڪري ڪونہ سگهندو. اوهان کي اهڙو فن مان سيکارڻ چاهيان ٿو تہ انهن ٻارهن لفظن يا ٻين ايترن ۽ انهن کان بہ وڌيڪ لفظن کي ڪهڙي طريقي سان ياد ڪري سگهجي ٿو پوءِ ڪهڙيءَ بہ ترتيب ۾. يعني پهرئين لفظ کان ٻارهين لفظ تائين

يا ٻارهين لفظ کان وٺي ٻهرئين لفظ تائين.

مان اوهان کي هيءَ ڳالهہ بہ اڳيئي ٻڌائي آيو آهيان تہ اهڙيون ڳالهيون ٻين شين جي مدد سان سکي يا ڪري سگهجن ٿيون. هن جي معنيٰ آهي تہ توهان هن مقصد واسطي هڪ وقت ٻن شين کي ڳنڍي سگهو ٿا. ائين ڪرڻ سان سندن لاڳاپو وڌيڪ طاقتور ٿي سگهندو آهي. انهن کي غير منطقي طور ملائبو آهي جيڪو غير فطري پيو ڀاسبو آهي. اسان جي مزاج جو لاڙو هميشه اهڙو رهيو آهي، جو سنئين شين کان وڌيڪ غير اهم، تڇ سمان ۽ پر تشدد ڳالهين کي ياد ڪندا آهيون.

مٿي بيان ڪيل ٻهرين شيءِ ڪتاب Book آهي، ٻي شيءِ گل Flower آهي. اوهان پنهنجي ذهن ۾ هنن ٻنهي شين جي هڪ غير منطقي تصوير جوڙيو. جنهن ۾ هنن شين جو ڪو فطري لاڳاپو نہ ڏيکاريل هجي. مثال طور اوهان ڏسو ٿا تہ هڪ گل ڪتاب جو مطالعو ڪري رهيو آهي يا باغ ۾ گلن بدران ڪتاب ٽڙي پيا آهن. يعني هنن ٻنهي ۾ ڪو لاڳاپو جوڙيو، جيڪو پلي ڪل جهڙو هجي ۽ ان کي گهڙي پل لاءِ پنهنجي دماغ جي اک سان ڏسو.

جيڪڏهن اوهان پنهنجي ذهن ۾ اهڙي تصوير نہ ٿا ڏسي سگهو تہ اهڙيون شيون بہ ڏسي ڪونہ سگهندا. جڏهن اوهان پنهنجي ذهن کي هڪ ٻيرو اهڙي تصوير ڏيکارڻ ۾ ڪامياب ٿي ويا تہ پوءِ ٻنهي کي وساري ڇڏيو. ان کان پوءِ سگريٽ اسان کي ياد ڪرڻو آهي. هن شيءِ کي بہ Flower سان ڳنڍيو. مثال طور اوهان گل ڇڪي رهيا آهيو يا گل سگريٽ ڇڪي رهيو آهي يا باغ ۾ گلن بدران سگريٽ ٽڙي پيا آهن. اوهان پنهنجي ذهن ۾ ڪن پل لاءِ اهڙي تصوير سوچيو.

ان کان پوءِ عينڪ Eye glasses جو وارو آهي. اوهان ذهن جي اک سان ڏسو ٿا تہ هڪ وڏو سگريٽ عينڪ پايو بيٺو آهي، يا اوهان کي عينڪ بدران اکين تي بہ سگريٽ پاتل آهن.

توهان منهنجو خيال سمجهي ويا نہ؟ اوهان کي تازي چونڊيل شيءِ کي اڳين شيءِ سان ملائڻ کپي. ائين ڪرڻ سان ٻهرين شيءِ کان وٺي آخري شيءِ جو هڪ سنگهر (زنجير) ٺهجي پوندو. اهڙو لاڳاپو بلڪل غير منطقي هجڻ گهرجي ۽ ذهن جي اک سان ڏسڻ گهرجي.

اهڙن باقي رهيل شين جي غير منطقي ۽ ڪلڻ جهڙن لاڳاپن واسطي منهنجو هڪ مشورو آهي تہ اوهان هر شيءِ لاءِ پوڳ چرچي جهڙي تصوير سوچيو ۽ پوءِ ٻيءَ شيءِ کي ان سان ملايو.

اوهان عينڪ کي بوٽ سان ملايو. اوهان ڏسو ٿا ته اوهان بوٽ بدران پنهنجن پيرن ۾ عينڪ پايون بيٺا آهيو. (عينڪ جا شيشا پچي پيا آهن ۽ اوهان جاپير گهائجي پيا آهن) يا هڪ وڏو بوٽ آهي جو عينڪ پايون بيٺو آهي. هاڻي اوهان بوٽن کي سوٽ ڪيس Suit Case سان ملايو. اوهان ذهن ۾ ڏسو ٿا ته توهان بوٽن بدران سوٽ ڪيس پايون بيٺا آهيو. يا اوهان پنهنجو سوٽ ڪيس کوليا ٿا ته ان مان هزارين بوٽ اڏامندا نڪرن ۽ اوهان جي منهن ۾ ڌڏ Kick هڻي ٿا وڃن.

هاڻي سوٽ ڪيس ۽ ڪار کي پاڻ ۾ ڳنڍيو. اوهان سوچيو ٿا ته اوهان ڪار بدران هڪ وڏو سوٽ ڪيس هلائي رهيا آهيو. يا توهان سوٽ ڪيس بدران ڪار کڻي وڃي رهيا آهيو. يا سوٽ ڪيس ڪار هلائي رهي آهي.

هاڻي ڪار کي گهڙيال سان ملايو. اوهان ڏسو ٿا ته اوهان ڪار دوران هڪ وڏي گهڙيال کي هلائي رهيا آهيو. يا هڪ ڪار اوهان جي ميز تي رکي آهي ۽ اوهان وقت ڏسڻ لاءِ ڏانهس تڪي رهيا آهيو. يا هڪ وڏو گهڙيال اوهان جي ڊرائيور جي جاءِ تي ويٺو آهي ۽ ڪار هلائي رهيو آهي.

هاڻي گهڙيال ۽ بيس بال کي ملايو اوهان ذهن ۾ تصوير جوڙيو ٿا ته اوهان بيس بال بدران گهڙيال کي ڌڪ هڻي رهيا آهيو. يا گهڙيال يا گهڙيالن جي مڪمل ٽيم بيس بال کيڏي رهي آهي.

بيس بال ۽ قلم کي پاڻ ۾ ملايو اوهان ذهن ۾ تصور ڪريو ٿا ته اوهان پين/ قلم سان بيس بال کيڏي رهيا آهيو. يا هڪ وڏو قلم بيس بال کيڏي رهيو آهي.

قلم ۽ نيڪ ٽاءِ کي ملايو! اوهان تصور ڪريو ٿا ته اوهان نيڪ ٽاءِ بدران ڪنڌ ۾ پين ٻڌي ڇڏي آهي. يا هڪ وڏو قلم نيڪ ٽاءِ ٻڌيو بيٺو آهي، يا اوهان قلم بدران نيڪ ٽاءِ سان لکي رهيا آهيو.

هاڻي نيڪ ٽاءِ کي جهاز Ship سان ملايو. اوهان ذهني تصوير ۾ ڏسي رهيا آهيو ته اوهان جهاز بدران هڪ وڏي نيڪ ٽاءِ تي ويهي هاڪاري رهيا آهيو. يا لکين هزارين نيڪ ٽايون جهاز تي سفر ڪري رهيون آهن.

اوهان اهڙيون سڀ تصويرون ذهن ۾ جوڙي ورتيون. هاڻي اوهان ڪتاب ڪان وٺي جهاز تائين سڀ شيون ياد ڪرڻ شروع ڪريو. ۽ ڪوشش ڪري ڏسو.

جڏهن اوهان ڪتاب لاءِ سوچيندا ته اوهان کي اها تصوير به ذهن ۾ اچي ويندي ته گل ڪتاب پڙهي رهيو آهي. جڏهن اوهان جي ذهن ۾ گل ايندو ته اوهان جي ذهن ۾ هيءَ تصوير اڀري ايندي ته اوهان سگريٽ بدران گل

چڪي رهيا آهيو. ان کان پوءِ اوهان کي پنهنجي ذهن ۾ هي به ڏسڻ ۾ ايندو ته اوهان عينڪ بدران سگريٽ پايو بيٺا آهيو. ساڳي ريت سوچيندا وڃي جهاز تائين پهچو.

اوهان اهڙا نقطا نظر ۾ رکي اڳتي به وڌي سگهو ٿا. جيڪڏهن اوهان اهڙو ميلاپ يوڳ چرچي جهڙو ۽ وڏيڪ سگهارو قائم ڪيو هوندو ته اوهان جهاز کان شروع ڪري ڪتاب تائين هر شيءِ کي ملائي هر شيءِ کي ياد رکي سگهو ٿا. جيڪڏهن اوهان پاڻ هن قسم جي ڪوشس ڪري ڏٺي ته ڏاڍو خوش ٿيندا.

خاص قسم جو هيءُ خيال ڪنهن شيءِ کي سلسلي مطابق ياد ڪرڻ لاءِ ڪم اچي سگهي ٿو. مون ماٿهن آڏو تقرير ڪرڻ واري باب ۾ به هن ڳالهه جو ذڪر ڪيو آهي ته ماڻهن کي خطاب ڪرڻ جو بهتر طريقو اهو آهي ته ماڻهو هڪ خيال منجهان ٻئي خيال جي هڪ زنجير جوڙي. سو هي سلسلو به ان سلسلي جهڙو آهي.

جيڪڏهن اوهان پنهنجي تقرير لکي ڇڏي آهي ته ان کي پڙهو ۽ هر خيال لاءِ هڪ مکيه لفظ چونڊيو، جيڪو ڪنجيءَ جي حيثيت رکندو هجي. اهو لفظ اهڙو هجڻ گهرجي جو ياد اچڻ سان سارو خيال ذهن تي تري اچي. پوءِ اوهان ڇا ڪريو جو انهن چونڊيل لفظن کي مٿي بيان ڪيل طريقي مطابق پاڻ ۾ ملايو. ائين ڪرڻ کان پوءِ اوهان جيڪي تقرير واسطي نوٽس ورتا آهن، سي اُجلائي ڇڏيو.

جيڪڏهن اوهان لفظن جي اهڙي ڳانڍاپي کي هڪ پيرو وري نظر مان ڪيندا ته اوهان کي محسوس ٿي ويندو ته انهن کي وسارڻ کان ياد ڪرڻ وڌيڪ سولو آهي. توهان سياڻي پارهن شين جي چونڊ ڪريو ۽ ڪين مٿئين بيان ڪيل طريقي سان هڪٻئي سان ملائي انهن کي سولائي سان ياد ڪري سگهو ٿا.

جڏهن اوهان تقرير ۾ هڪ خيال جو اظهار ڪري مس پورو ڪندا ته ٻيو خيال پاڻهن اچي اوهان جي آڏو بيهندو. آخر اوهان تقرير ڪندا وڃي اختتام تي پهچندا.

ڪنهن ترتيب مطابق شين کي ڪهڙي ريت ياد ڪري سگهجي ٿو؟

جيڪڏهن اسان کي ڪي شيون ياد ڪرڻيون آهن جيڪي ترتيب مطابق آهن يا نه، يا اعدادي شمار مطابق آهن يا نه. مون اڳي به اوهان کي حافظي

وڏائڻ جو مڪمل اصول ٻڌايو آهي، جنهن جي مدد سان اوهان گهڻو ڪجهه ياد ڪري سگهو ٿا. هاڻي مان منظم دماغ ۾ ٿوري گهڻي خيال بابت مثال ڏئي رهيو آهيان، جيڪو هڪ نهايت محدود قسم جو تصور ڇئي سگهجي ٿو. انهيءَ لاءِ ته جيئن اوهان ڪنهن شيءِ کي سولي طريقي سان ياد ڪري سگهو. هتي آءٌ سورهن شيون ڏئي رهيو آهيان، جيڪي ترتيب مطابق به آهن ۽ ناهن به. انهن شين جي نالن جي فهرست کي ڪتب آڻڻ ڏاڍي سولي ڳالهه آهي جنهن وسيلي اوهان، ڏهاڙي جي پيغامن، هٽَ جي شين جي فهرست ۾ ٻين ڳالهين کي آسانيءَ سان ياد ڪري سگهندا.

اوهان جيڪا شيءِ ياد ڪرڻ چاهيو ٿا، تنهن کي ذهن ۾ رکو. پر اها اهڙي شيءِ سان ضرور لاڳاپيل هئڻ کپي جنهن کي اڳيئي ياد ڪري رهيا آهيو. مان اوهان کي سورهن شيون ٻڌائي رهيو آهيان ان کي هڪ ڀيرو ضرور ياد ڪرڻو پوندو ۽ پوءِ پنهنجي مرضيءَ مطابق انهن سان ڪي نيون شيون ملائيندا هلو.

هن وسيلي اوهان ڪن شين جي فهرست ياد ڪري سگهو ٿا، جنهن کي اوهان "Peg" لسٽ جو نالو ڏئي سگهو ٿا. ان ڪان پوءِ واري فهرست سولي آهي. ڇاڪاڻ ته ان جي هر چونڊيل شيءِ تعداد جي نمائندگي ڪندي آهي ۽ اها فقط هڪ عدد جي نمائندگي ڪنهن خاص مقصد ڪرڻ لاءِ چونڊي ويندي آهي. اوهان کي شين جي ساري فهرست کي ڏسڻو به ڪونه پوندو ته ڪهڙو عدد ڪهڙي شيءِ لاءِ مخصوص ڪيل آهي.

هڪ "I" انگ جهڙي آهي (اهڙي تصوير موجود آهي) 2 انگ لاءِ هڪ هنج يا هنس پکي جي تصوير آهي. محسوس ائين ٿئي ٿو ته اهو ڪجهه سوچي رهيو آهي. هنس پکيءَ جي شڪل صورت 2 انگ جهڙي آهي (تصوير موجود آهي)

3 انگ لاءِ مان گهڻو ڪري ٽي ٻن ڪم آڻيندو آهيان (تصوير موجود آهي)

4 انگن لاءِ توهان چئن ڄنگهن واري ڪابه شيءِ ڪتب آڻي سگهو ٿا. پوءِ اها ميز هجي، ڪرسي يا جانور هجي (تصوير موجود آهي)

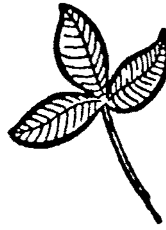
5 انگ لاءِ پنج ڪنڊو تارو آهي. (تصوير موجود آهي)

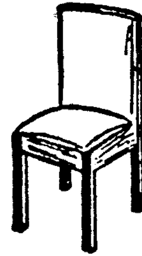
6 ان لاءِ هاٿي جي سونڊ ڏني وئي آهي (تصوير ۾ ڏسي سگهو ٿا) هن جي شڪل هوبهو 6 آهي.

7 انگ لاءِ هڪ جهنڊي جي تصوير ڏني وئي آهي جيڪو هوا ۾ جهولي رهيو آهي.


1


2

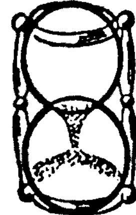

3


4

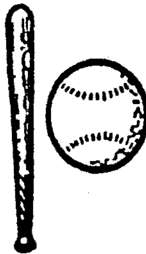

5


6

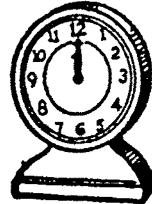

7

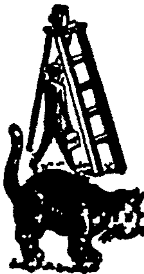

8


9

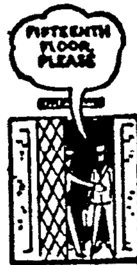

10


11

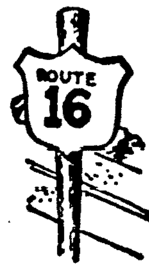

12


13


14



15



16

8 انگ لاءِ واريءَ جي گهڙي ڏني وئي آهي، جنهن جي شڪل صورت 8 انگ جهڙي آهي. تصوير موجود آهي.

9 انگ لاءِ سلقي ڏني وئي آهي، جيڪا هٿئي واري پاسي کان ابي بيهاري وئي آهي، (تصوير موجود آهي.)

10 انگ جي شڪل صورت طور بيٽ ۽ بال ڏيکاريو ويو آهي. بيٽ هڪ "I" انگ جي ۽ بال ٻڙيءَ جي نمائندگي ڪري ٿو. (تصوير موجود آهي)

11 انگ: مون 11 جي انگ کي هميشه ٿلهين سَيَنِ Spaghtee جي شَڪل صورت ۾ ڏيکاريو آهي.

12 انگ لاءِ مون گهڙيال ڏنو آهي، جنهن ۾ ٻارهن وڄي رهيا آهن. (تصوير) موجود آهي.

13 انگ لاءِ مون هڪ ڪاري ٻلي ڏيکاري آهي، جيڪا ڏاڪڻ هيٺيان گذري رهي آهي. اوهان ڪابه شيءِ ڏيکاري سگهو ٿا. جيڪا ڏاڪڻ هيٺان لنگهندي هجي (تصوير موجود آهي.)

14 انگ، ڪِنوڻ جي تجلي جيان آهي، جيڪو 14 جو انگ بنجي پيو آهي (تصوير ۾ ڏسي سگهجي ٿو)

15 انگ منهنجو بنايل آهي. ڪو ماڻهو مٿي ايليويٽر تي چڙهندو وڃي ٿو ۽ مٿي پهچي چوي ٿو، "مهربان، پندرهين ماڙ." تنهن ڪري 15 انگ لاءِ ايليويٽر جي تصوير ڏني آهي.

16 انگ لاءِ روڊ جو نشان ڏنو ويو آهي، جنهن تي 16 روٽ Rout لکيل آهي.

مان پنهنجي حافظي جي مدد سان هر انگ لاءِ ڪانه ڪا شيءِ تصور ڪئي آهي. جنهن ڪري اوهان کي ياد ڪرڻ ۾ ڪابه تڪليف ڪانه ٿيندي. توهان ان وقت تائين مشق ڪندا رهو، جيستائين اوهان کي اهي ترتيب يا غير ترتيب مطابق بلڪل ياد ٿي وڃن. هيٺ وري به انگن جي ترتيب مطابق شين جي فهرست ڏجي ٿي:

1. جادو جي ڏنڊي	2. هنج پکي	3. ٽي پن
4. ڪرسي	5. تارو	6. هاٿيءَ جي سونڊ
7. جهنڊو	8. واريءَ جي گهڙي	9. سلقي
10. بيٽ بال	11. سيون Spaghette	12. گهڙيال
13. ڏاڪڻ يا ڪاري ٻلي	14. ڪِنوڻ	15. ايليويٽر
16. روڊن جي نشاني		

حافظي جي ڪنجيءَ جو استعمال

جيڪڏهن اهي شيون اوهان جي دماغ ۾ محفوظ ٿي وڃن ته پوءِ مان اوهان کي سيڪاريندس ته انهن کي ڪهڙي طريقي سان ڪتب آڻي سگهجي ٿو. مان اوهان کي وري به تاڪيد ڪندي چوان ٿو ته جيستائين اوهان سورهن "Peg" لفظ ياد نه ڪيا آهن، تيستائين اوهان استعمال ڪرڻ جي ڪڏهن به ڪوشش نه ڪجو. هاڻي جيڪڏهن اوهان پنهنجن دوستن کي ڪو ڪرتب ڏيکارڻ چاهيو ٿا ته پوءِ ان کي چئو ته پني تي 1 کان وٺي 16 تائين انگ رکي. ان کان بعد ڪيس چئو ته انگ ڳڻيندو ۽ هر انگ لاءِ ڪا شيءِ تصور ڪندو هلي ۽ ان انگ جي سامهون اها شيءِ لکندو هلي ته جيئن ڪيس اهي شيون ياد رهن.

جڏهن 16 تائين انگ ۽ سورهن شيون لکجي وينديون ته توهان کي اهي شيون ترتيب مطابق ياد ٿي وينديون، هاڻي جڏهن هو ڪنهن به انگ جو نالو ڪٺندو ته اوهان کي ان جي لاءِ مقرر ڪيل شيءِ جو نالو ياد اچي ويندو يا وري هو جڏهن شيءِ جو نالو ڪٺندو ته اوهان کي ان جي سامهون وارو انگ ياد اچي ويندو. اهڙيءَ ريت اوهان مقرر شيءِ ۽ انگ جو هڪدم نالو ڪٺي وٺندا.

اوهان کي هاڻي مٿي واريون ٻڌايل ڳالهيون ڌيان ۾ رکڻيون آهن ۽ انهن تي عمل به ڪرڻو آهي، جنهن وقت ڪنهن به شيءِ جو نالو ڪنيو وڃي ته اوهان ان کي غير منطقي طور "Peg" لفظ سان ملائي ڇڏيو. مثال طور دري کي 9 انگ سمجهو ٿا ته اوهان کي دماغ جي اک سان ڏسڻو پوندو ته سلفي وڏي ٿي وئي آهي ۽ دريءَ کي ٻيجي ذرا ذرا ڪري رهي آهي، يا دري سلفي Pipe ڇڪي رهي آهي.

توهان پاڻ ۾ اهڙي مشق ڪرڻ شروع ڪري ڏيو مان اوهان کي اٽڪل روءِ ڪن شين جا نالا ٻڌائي رهيو آهيان ۽ ان سان گڏ اهو به ٻڌايان ته ان کي ڀئي لفظ سان ڪهڙي طريقي سان ملائي سگهجي ٿو. اوهان اهڙين شين کي پاڻ ۾ غير منطقي طريقي سان ملايو. انهن کي پنهنجي ذهن ۾ سوچيو ويچاريو ائين ڪري اوهان پاڻ ۾ تعجب ۾ اچي ويندا.

9 انگ دري آهي. مان اوهان کي اهڙين شين جي ملائڻ جو طريقو مٿي ٻڌائي آيو آهيان.

6 انگ ٻٽون Wallet آهي. هاڻي روڊ جي نشانيءَ دوران اوهان کي دماغي اک سان وڏو ٻٽون ڏسڻو آهي ۽ ڏسو ٿا ته اوهان ٻٽون کوليو ٿا ته ان مان روڊ واري نشاني نڪري پئي آهي.

3 انگ پکيءَ جو پڃرو آهي. اوهان ٽن پڻ بدران پکي ڏسو ٿا جيڪو پڃري ۾ بند آهي.

11 انگ ائشٽري Ashtray آهي. اوهان دماغ جي اک سان ڏسي رهيا آهيو ته ائش ٽري وارا سڙيل سگريٽن جي رک اوهان سيٽ مٿان هاري رهيا آهيو.

7 انگ اخبار آهي. هاٿي اوهان اندر جي اک سان ڏسو ٿا ته جهنڊي بدران اوهان اخبار جهولائي رهيا آهيو يا اخبار بدران اوهان جهنڊو پڙهي رهيا آهيو.

14 انگ ريڊيو آهي. اوهان دماغ جي اک سان ڏسو ٿا ته ڪنوڻ يا وڄ ريڊيئي مٿان ڪري پيئي آهي ۽ اهو ناس ٿي ويو آهي. يا اوهان ريڊيو ڪوليو آهي ۽ ان مان ڪنوڻ تجلا ڏئي ٻاهر نڪري رهي آهي.

1 انگ ٽوپلو آهي. اوهان جادوگر واري ڏنڊيءَ بدران ٽوپلو لوڏي رهيا آهيو. يا اوهان ٽوپلي پرسان جادوءَ واري ڏنڊي گهمائي رهيا آهيو ۽ ٽوپلو گم ٿي ويو آهي. يا اوهان ٽوپلي بدران جادوءَ جي ڏنڊي مٿي ۾ پائي چڙهي آهي.

12 رديءَ جي ٽوڪري آهي، اوهان دماغ جي اک سان ڏسو ٿا ته اوهان جي ميز تي گهڙيال بدران ردي واري ٽوڪري Wate paper رکي آهي. يا ردي واري ٽوڪريءَ ۾ هزارين گهڙيال پيا آهن.

5 انگ بسترو آهي، اوهان ڏسو ٿا ته هڪ وڏو ستارو بستري ۾ سمهيو پيو آهي. يا آپ ۾ تاري بدران بسترو لڙڪي رهيو آهي.

6 انگ ٽائيپ رائيٽر آهي. اوهان ذهن جي اک سان ڏسي رهيا آهيو ته هاٿي پنهنجي سونڊ سان ٽائيپ ڪري رهيو آهي. يا هاٿيءَ ڪي ٽائيپ رائيٽر بدران سونڊ لڙڪي رهي آهي.

13 انگ ٽيليفون آهي. توهان ڏسو ٿا ته ٽيليفون ڏاڪڻ مٿي چڙهندي پئي وڃي. يا اوهان ٽيليفون بدران ڏاڪڻ وسيلي دوست سان ڳالهائي رهيا آهيو، يا ڏاڪڻ ٽيليفون وسيلي ڪنهن سان ڳالهائي رهي آهي.

4 انگ بندوق آهي. اوهان ڏسو ٿا ته اوهان ميز بدران بندوق تي لکي رهيا آهيو. يا ميز بندوق تي گوليون هلائي رهي آهي.

15 انگ بجليءَ جو بلب آهي. اوهان ڏسو ٿا ته ايليويٽر بدران بلب ۾ ويهي مٿان ويهي رهيا آهيو. يا ايليويٽر جو دروازو کلي ٿو ته هزارين بلب ٻاهر نڪري ٿا اچن.

10 انگ گهر آهي، اوهان ڏسو ٿا ته اوهان جو گهر بيس بال کيڏي رهيو آهي. يا اوهان بيس بال واري بئٽ سان گهر کي ڌڪ هڻي رهيا آهيو.

12 انگ بريف ڪيس آهي اوهان ڏسو ٿا ته بريف ڪيس پاٿيءَ ۾

ترندو پيو وڃي يا جيئن ئي اوهان بريف ڪيس کوليو ٿا تہ پڙڪو ڏئي هنج
ٻاهر اڏامي نڪري ٿو.

8 انگ تصوير آهي. توهان ڏسو تہ پٽ تي تصوير سان واريءَ جي گهڙي Hour glass لڳي پئي آهي. يا اوهان واريءَ جي گهڙي بدران تصوير کي ابتو سبتو ڪري رهيا آهيو. جهڙيءَ ريت واريءَ جي گهڙيءَ کي تور وقت تي ابتو سبتو ڪبو آهي.

هاڻي اوهان کي 1 کان 16 تائين اهي سڀ شيون ذهن ۾ رکڻيون پونديون. توهان 1 انگ لاءِ ان جو "Peg" لفظ ذهن ۾ آڻيو جيڪو جادوگر جي ڏنڊي آهي، ان کان پوءِ اوهان اهو بہ سوچيو تہ اوهان ٽوپلي بدران جادوگر جي ڏنڊي پاڻي ڇڏي آهي. تنهنڪري 1 انگي هاڻي ٽوپلو آهي. 2 انگ جو "Peg" لفظ هنج آهي. اوهان ڏسو ٿا تہ هنج بدران بريف ڪيس پاڻي ۾ ترندو پيو وڃي. 3 انگ جو "Peg" لفظ ٽي پن آهي جيڪو هاڻي پکيءَ جو پڃرو آهي. 4 انگ جو "Peeg" لفظ ميز آهي ۽ ميز بندوق تي گوليون ڇوڙي رهي آهي وغيره وغيره.

هاڻي اوهان پاڻ کي آزمائي ڏسو تہ خال ڀري سگهو ٿا.

1.	9. ....
2.	10. ....
3.	11. ....
4.	12. ....
5.	13. ....
6.	14. ....
7.	15. ....
8.	16. ....

مان سمجهان ٿو تہ اوهان هنن مان گهٽا خال ڀري ورتا هوندا. جيڪڏهن اوهان هنن مان ڪي هڪ يا ٻہ خال ڀري نہ سگهيا هوندا تہ سمجهو تہ اوهان جي ملائڻ وارو طريقو سگهارو ڪونہ هوندو. انهن کي وري ملائي وڌيڪ طاقتور بڻايو ۽ جڏهن ڪنهن شيءَ جو نالو ورتو وڃي تہ اوهان هڪدم انگ

ٻڌائي سگهو. مثال طور ٽيليفون پڪاري وڃي ته توهان کي ٽيليفون بدران اهو ياد اچي وڃي ته اوهان فون بدران ڊاڪٽر ۾ ڳالهائي رهيا هئا. ڊاڪٽر جو Peg لفظ جو انگ 13 آهي.

مان هاڻي توقع ڪري سگهان ٿو ته مون اوهان جي خيال کي منظم ڪرڻ جو هڪ ننڍو مثال ڏنو آهي. جنهن وسيلي اوهان اهڙيون شيون ڪري سگهندا، جيڪي اوهان اڳي ڪڏهن به ڪونه ڪيون آهن. اها ڳالهه قبول ڪريان ٿو ته اهو خيال محدود آهي. پر جيڪڏهن اوهان چاهيو ٿا ته هن فهرست (پنو ترِيءَ) کي اڃا به گهٽو ڪري سگهو ٿا. پيگ "Peg" لفظن کي ڪتب آڻڻ جو هڪ طريقئہ ڪار آهي. جيڪو حافظي کي وڌيڪ طاقتور بڻائڻ جي مقصد سان سيکاريو پيو وڃي. هن طريقي وسيلي اهڙا هزارين لفظ بنا ڪنهن تڪليف پاڻ ۾ ملائي سگهجن ٿا.

مٿي سمجهايل طريقي کي ٻين به ڪيترن مقصدن واسطي استعمال ڪري سگهجي ٿو. جيڪڏهن اوهان وٽ پيغامن ۽ دعوتن ۽ گڏجاڻين جي هڪ ڊگهي فهرست آهي، جيڪا اوهان کي ياد ڪرڻي آهي ته توهان ان کي "Peg" فهرست جيان پاڻ ۾ ملايو. جيڪڏهن اوهان ڪار ڊٺاري صاف ڪرائيءَ آهي ته ان کي جادوگر واري ڏنڊيءَ سان ڳنڍي ڇڏيو. جيڪڏهن اوهان کي ڏندن جي ڊاڪٽر سان ملڻو آهي ته ان کي هنج ڀڪيءَ سان ملائي ڇڏيو. اوهان کي چٺي خريد ڪرڻي آهي ته ان کي ٽن پنن سان ڳنڍي ڇڏيو. توهان کي بِلَ ڀيارڻو آهي ته ان کي ميز سان ڳنڍي ڇڏيو بس اهڙي طريقي سان اوهان جي ساري ڏينهن جا ڪم هڪ ٻئي سان ملائي سگهجن ٿا.

جڏهن اوهان پنهنجي ڪمن جي پنو تري (فهرست) جوڙي وٺو ته ان کي وري به نظرن مان ڪڍو. اوهان کي هڪ وقت فقط هڪ Peg لفظ ڪتب آڻڻو آهي. انهيءَ لاءِ جيئن اوهان کي پتو پئجي سگهي ته ان ڪان پوءِ اوهان کي ڇيو ڇا ڪرڻو آهي. جيڪڏهن اوهان کي ڪنهن ڏيتيءَ ليتيءَ جون ڳالهيون ياد ڪرڻيون آهن ته پوءِ هرهڪ Peg لفظ آهي ڌار ڌار نقطا ملائڻا پوندا. مون کي پڪ آهي ته لفظن جي هن فهرست کي اوهان ڪيترن نمونن سان ڪتب آڻي سگهندا.

هاڻي اوهان کي معلوم ٿي ويو ته حافظي کي ڪهڙي طريقي سان وڌائي سگهجي ٿو. اوهان کي اهو ڄاڻي خوشي ٿيندي ته ايندڙ بابن ۾ اوهان کي سيکاريو ويندو ته نالا ۽ ماڻهن جا مهانڊا ڪهڙي طريقي سان ياد ڪري سگهجن ٿا.

باب سورهون

ماڻهن جا نالا ۽ مهاندا ڪهڙي طريقي سان ياد ڪري سگهجن ٿا؟

حافظو ڏيان جي ڏيءُ هوندو آهي، جنهن کي پيٽ ۾ علم ۽ ڄاڻ هوندي آهي. (مارٽن پٽو)

پنهنجي ليڪچرن ۾ دماغي صلاحيت جي مظاهري دوران مان پنهنجي سامعين جا نالا ۽ مهاندا ياد ڪري وٺندو هوس. مان جيڪڏهن ڪنهن جو نالو وٺي ڪيس سڃاڻندس ته هو چوندو ته، " شايد اوهان مون کي هاڻي تازو جئڪ پار شو Jack Paar Show ۾ ڏٺو هوندو! اوهان يقين ڪريو ته مان هڪ شام جو مظاهري دوران ست سو ماڻهن جي مهاندن کي پڪو ڪري نالا ڪٺي سڃاڻي ورتو ۽ مان انهن سان مليو به رڳو هڪ ڀيرو هوس. مان اها اوهان سان هروڀرو ٻڌاڪ ڪونه ٿو هڻان، پر اوهان کي ثابت ڪري ٿو ڏيکاريان ته ائين ڪري سگهجي ٿو.

اڄ ڪلهه ته اها هڪ عام شڪايت آهي ته، "مون کان ته نالا هڪدم وسريو وڃن." پر مهاندن کي ياد رکڻ ته ڪو مسئلو ڪونه آهي. نالا ته واقعي مسئلو پيدا ڪري وجهندا آهن. مان پنهنجي ساريءَ ڄمار ڪنهن کي به ائين چوندي ڪونه ٻڌو آهي ته، "مان اوهان جو نالو ته ٻڌائي سگهان! پر افسوس آهي جو اوهان جا مهاندا وسري ويا آهن."

ان جو ڪارڻ، سمجهڻ بلڪل سولو آهي. گهڻو ڪري اسان ٻڌڻ وارين شين جي ڀيٽ ۾ ڏسڻ واريون شيون وڌيڪ ياد رکي سگهندا آهيون. اها هڪ فطري ڳالهه آهي جو اسان ڪنهن ماڻهوءَ جا مهاندا ڏسندا ۽ سندس نالو ٻڌندا آهيون ۽ مسئلو به هن جڳهه وٽان شروع ٿيندو آهي.

ماڻهن کي نالا ياد رکڻ جي ڏس ۾ مدد ڪرڻ لاءِ ٻيا ڪيترا طريقا موجود آهن. مثال طور هڪ ماڻهوءَ کان وسري ويندو آهي ته نالي جي هجي ۾ "e" آهي الائي "i" ۽ ٻين کان اهڙي نالي واريءَ عورت جو پڇندو وتي ٿو ۽ آخر

۾ ماڻهن کان مسز بيچ Betch جو پڇي ٿو.

منهنجي خيال ۾ ان "e" ۽ "i" واري نالي جي سڃاڻ صحيح ڪانہ ٿي ڏسجي. جيتري قدر منهنجي سوچ جو تعلق آهي تہ نالي ياد رکڻ جو بهتر طريقو هي آهي تہ نالي کي ان ماڻهوءَ جي مهاندن سان ڳنڍي ڇڏيو. جڏهن اوهان سڃاڻپ لاءِ مهاندا ڪم آڻيندا آهيو تہ ڇو نہ اوهان نالي ياد ڪرڻ جي ڏس ۾ مهاندن کي ڪتب آڻيو ۽ نالي سان مهاندن کي ذهن ۾ محفوظ ڪري ڇڏيو. حقيقت اها آهي تہ مان اوهان کي هاڻي تعلق واري طريقہ ڪار بابت ٻڌائي رهيو آهيان. جيڪو اوهان کي نالي ۽ مهاندن سڃاڻڻ جي ڏس ۾ ڪم اچي سگهي ٿو. هن طريقي مطابق ماڻهوءَ جي مهاندن ڏسڻ سان اوهان کي نالو بہ ياد اچي ويندو ۽ وري نالي ڪڻ سان اوهان کي ان ماڻهوءَ جا مهاندا بہ ياد اچي ويندا.

مهاندن کان سواءِ ماڻهن جا نالا ڪهڙي طريقي ياد رکي سگهجن ٿا؟

پهرين جو هن اوهان قسم جي طريقي کان واقف ٿيو، تنهن کان اڳ مان چاهيان ٿو تہ مهاندن کان سواءِ نالن ياد رکڻ واري اوهان جي حافظي کي وڌائڻ جي ڪوشش ڪريان.

گهڻا ماڻهو سدائين اهڙيون دانهون ڪندا ڏسبا آهن، تہ اسان کان ماڻهن جا نالا وسري ٿا وڃن. حقيقت اها آهي تہ اهي ماڻهو نالا ڪونہ وساريندا آهن. پر ياد ڪونہ ڪندا آهن. ڪڏهن وري ائين بہ ٿيندو آهي تہ هنن اهڙا نالا ٻڌا ئي ڪونہ هوندا آهن.

اوهان ڪن پل هن ڳالهہ ڏانهن ڌيان ڏيو تہ اوهان ڪڏهن تہ ڪي نالا ٻڌندا ئي ڪونہ آهيو. پوءِ اهو ڪيئن ممڪن آهي تہ اوهان اهڙا نالا وساري يا ياد ڪري سگهو. نالن ياد رکڻ جو پهريون اصول اهو آهي تہ جنهن وقت اوهان جو ڪنهن نئين ماڻهوءَ سان تعارف ٿي رهيو آهي تہ ذهن ۾ پڪ ڪريو تہ اوهان سندس نالو واقعي ٻڌو آهي.

ماڻهو جڏهن ڏسندا آهن تہ اڳلو سندس نالي ورجائڻ لاءِ چئي رهيو آهي تہ هو ڏاڍا خوش ٿيندا آهن. جيڪڏهن اوهان پهريون ڀيرو نالو نہ ٿا سمجهي سگهو تہ ڪيس چئو تہ هو پنهنجو نالو وري ٻڌائي. هو ائين پڇڻ کان ڪاوڙ ڪونہ ڪندو. اهي ماڻهو جيڪي نالن ياد ڪرڻ ناتي حافظي جي بي پناهہ طاقت جا مالڪ هوندا، سي فقط هڪ جملو ورجائيندا آهن، "مون کي

افسوس آهي جو مان اوهان جو نالو پوري ريت ٻڌي ۽ سمجهي ڪونہ سگهيو آهيان."

جڏهن اوهان کي هڪ پيرو ڪ ٿي ويندي آهي تہ اوهان اهو نالو ٻڌو ۽ ان نالي کان اڳيئي گهڻو واقف آهيو، يا اهو نالو اوهان جي ڪنهن دوست، ويجهي مٽ مائٽ جو آهي يا اهڙو آهي جو اوهان ڪڏهن ٻڌو ئي ڪونہ آهي تہ اوهان ان کي ذهن ۾ محفوظ ڪريو. مان هن ڳالهہ جو اڳيئي ذڪر ڪري آيو آهيان تہ جيڪڏهن اوهان ڪنهن ماڻهوءَ جي نالي کي ورجائيندا تہ اهو ڏاڍو خوش ٿيندو آهي. جيڪڏهن اوهان ان نالي جو ٻہ ٽي ڀيرا ورجاءَ ڪندا تہ اوهان کي ياد ٿي ويندو.

جيڪڏهن اوهان گفتگو دوران ڪڏهن ڪڏهن نالو ورجائيندا تہ توهان کي پنهنجي حافظي جي طاقت تي اچرج ٿيندو. منهنجو هرگز اهو مطلب ڪونہ آهي تہ ڪنهن چرئي چرڻ جيان ان نالي جي ورويرو مالا جپڻ شروع ڪري ڏيو. اوهان فقط سلام ڪرڻ مهل يا موڪلائي ويل ورجايو.

جيڪڏهن اوهان هنن آسان اصولن جي پوئواري ڪئي تہ ائين سمجهبو تہ اوهان نالي تي نهايت گهرو سوچي رهيا آهيو ۽ اهڙي ريت اوهان اڳي ڪڏهن بہ گهرو فڪر ڪونہ ڪيو آهي. ائين ڪرڻ سان سمجهبو تہ اوهان ڇڻ مسئلي ڏانهن پنجويهہ في سيڪڙو ڌيان ڏنو آهي. جيڪڏهن باقي اوهان کي پنجهتر في سيڪڙي مسئلي ڏانهن ڌيان ڏيڻ واسطي پڙهڻو پوندو.

مان اڳي بہ اهڙو ذڪر ڪري آيو آهيان تہ نالن ۽ مهانڊن ياد ڪرڻ جو بهتر طريقو اهو آهي تہ اوهان نالي کي مهانڊي سان ملايو. ان جو طريقو آسان آهي. هن ۾ ٻہ ڳالهيون ڪرڻيون آهن. پهرين ڳالهہ اها آهي تہ ان نالي جي معنيٰ سمجهو. تنهنڪري اوهان گهڙي ڪن لاءِ ان تي بحث ڪريو. حقيقت اها آهي تہ نالن جا ٽي نمونا آهن (1) ڪي نالا اهڙا آهن جن جو ڪو مفهوم اڳيئي موجود هوندو آهي. (2) ڪي نالا اهڙا هوندا آهن. جن جي ڪا معنيٰ تہ ڪانہ هوندي آهي، پر انهن جو لاڳاپو ڪنهن نہ ڪنهن مادي حقيقت سان هوندو آهي. (3) ٽئين قسم جا نالا اهڙا هوندا آهن، جو انهن جو ڪو مطلب مفهوم ڪونہ هوندو آهي.

جن نالن جي معنيٰ هوندي آهي، سي اوهان لاءِ ڪو مسئلو ڪونہ هوندا آهن، ڇاڪاڻ تہ اهڙا نالا اوهان کي ڪا حقيقت ياد ڏياريندا آهن. جن نالن کي مفهوم ۽ مطلب ڪونہ هوندو سي ڏچو هوندا آهن. مان هرهڪ قسم لاءِ بہ ٽي مثال ڏيندس. ان کان پوءِ اوهان کي ٻڌائيندس تہ ٽئين قسم جي نالن

لاءِ سولو پهو ڪرڻ ڪپي. هنن نالن جهڙوڪ: برائون Brown، اسٽرن Stern، ٽيلر Taylor، گرين Green، ڪئائني Coyne، ڪارپينٽر Corpenter، سومر Sommer، بائرڊ Byrd، بٽلر Butler ۽ لوڪي Locke جي معنيٰ جي اسان کي اڳيئي معلومات آهي.

پر هن قسم جي نالن ڊيمپسي Dempsey، سليوان Sullivan، ممڪ ڪارٿي MC Carthy، فچ Fitch، آرڪئرو Arcaro يا اهڙا ڪي ٻيا نالا اوهان لاءِ ڏيي ۾ ٽڪريون هوندا آهن. پر اهي ڪنهن ڳالهه جي ياد ڏياريندا آهن ۽ اوهان جي دماغ ۾ هڪ قسم جو تصور اچي ويندو آهي. سليوان ۽ ڊيمپسي اوهان کي ڪن ويڙهاڪ ماڻهن جي ياد ڏياريندا ممڪ ڪارٿي جي نالي مان محسوس ٿيندو ته هو ڪو موڳو مٽر هوندو (جهڙوڪ چارلي ممڪ ڪارٿي). فچ ڪنهن فتچ جو نالو آهي جڏهن ته آرڪئرو جي نانءَ مان لڳي ٿو ته ڪو مسخرو هوندو.

بي معنيٰ ۽ بي مقصد قسم جي نالن جي ڊگهي پنوتري (فهرست) آهي. مون کي پڪ آهي ته توهان کي به ڏماڙي اهڙا نالا ضرور ٻڌڻ ۾ ايندا هوندا، جهڙوڪ: ڪرڪائور Krakauer، ڪئرووسڪي Karowski، ڪورٽيل Cortell ڪولو ڊني Kolodny، ڪوهن Cohen، پلٽنجر Platinger سمولنسڪي Smolenski، گورڊن Gordon وغيره.

مان هن طريقي کي، ”لفظن يا خيالن جو متبادل“ سڏيندو آهيان، جنهن وسيلي اوهان پنهنجي ذهن ۾ کهڙي به نالي جي تصوير بنائي سگهو ٿا. پر ان لاءِ اوهان کي فقط اهو خيال ڪرڻو آهي ته اوهان جيڪي متبادل لفظ يا جملا ذهن ۾ سوچيو ٿا، سي اچارن ۾ اهڙن نالن جي ويجهو هئڻ کپن جن کي اوهان ياد ڪرڻ چاهيو ٿا ۽ منجهن ڪانه ڪا معنيٰ به هئڻ گهرجي.

مثال طور استينورزل Sterinwrtzel نالو اوهان کي منجهائي وجهندو. تنهن ڪري اوهان استين Stein نالي واري بيئر Beer کي ذهن ۾ رکو، جيڪو سون Gold ۾ ڍڪيل هوندو آهي. جنهن ڪري جلد وڪامجي ويندو آهي. اوهان کي به استينورزل نالو ياد ڪرڻ واسطي ”استين ورٿ سيل“ Stein worth Sell کي ذهن ۾ رکڻ گهرجي.

مان وري به هيءَ ڳالهه ورجائي رهيو آهيان ته اهڙو ڪوبه نالو نه آهي. جنهن کي اوهان ڪنهن معنيٰ لاءِ حصن ۾ ورهائي نه سگهو. اوهان جو سوچيل متبادل لفظ يا جملو پلي ڪلڻ جهڙو هجي، تنهن جي اوهان ڪابه پرواهه نه ڪريو. پر جيڪڏهن اوهان جو چونڊيل متبادل لفظ يا جملو

وڏيڪ ڪلڻ جهڙو ٿئي ته اهو پاڻ وڏيڪ سنو.

اوهان ڪرڪائور نالي جو مثال وٺو ته اوهان کي ان جو متبادل نالو ڪرئڪڊ ڪلاڪ Cracked Clock يا ڪرئڪ آور Crack hour سوچڻو پوندو. پر وڏيڪ مناسب نالو ڪرئڪڊ ڪائو Cracked cow آهي جيڪو ڪرڪائور نالي جي ويجهو آهي.

پلٽنجر Platinger نالي جو متبادل نالو پليٽ انجرڊ Plate injured يا پليٽ انجرڊ Platin Ingure هئڻ گهرجي، جيڪو اوهان کي جلد ياد ٿي ويندو. سمولنسڪي نالي کي ياد ڪرڻ لاءِ اوهان جو جوڙيل متبادل نالو سمال لينس اسڪنگ Small Lens Sking هئڻ کپي، جيڪو هڪ ننڍڙي ڪيمرا جو نالو آهي.

گورڊن نالي کي ياد رکڻ لاءِ مان پنهنجي ذهن ۾ گارڊن يعني باغ جي تصوير ذهن ۾ آڻيندو آهيان. جيڪڏهن اوهان هن باري ۾ ٿوري مشق ڪندا ته توهان ڪن نالن جي بدران پنهنجي ذهن ۾ ڪي تصور سوچي سگهو ٿا" مثال طور مان ڪوهن جي نالي ياد رکڻ لاءِ آئيس ڪريم جو ڪونِ Cone ياد ڪندو رهندو هوس. لوهر Black Smith جي وڏاڻ Hammar کي سمٿ نالي کي ياد ڪرڻ لاءِ ذهن ۾ رکندو آهيان.

اهو ضروري ڪونه آهي ته اوهان جي پنهنجي تخليق ڪيل متبادل لفظ يا جملي جو آواز يا اچار هوبهو اصلي نالي جهڙو هجي. نالي جا فقط مکيه حصا ياد ڪرڻ گهرجن ته نالي جو سارو مفهوم اوهان جي ذهن ۾ اچي ويندو. هي طريقو اوهان جي حافظي لاءِ ڏاڍو مددگار ثابت ٿي سگهي ٿو. جيڪڏهن اوهان بيلڊن Balden نالو ياد ڪرڻ چاهيو ٿا ته پوءِ هن لاءِ بيل Bell جي تصوير ذهن ۾ آڻڻ ڪافي آهي. پر جيڪڏهن هن نالي لاءِ بيل اِن ڊين Bell in Den جو فقرو ڪتب آڻيندا ۽ ذهن ۾ رکندا ته وڏيڪ بهتر ٿيندو.

هن معاملي ۾ اهم ڳالهه هيءَ آهي ته جيڪڏهن اوهان نالي لاءِ ڪنهن متبادل لفظ يا جملي جي چونڊ ڪري رهيا آهيو ته اهو لفظ يا جملو اوهان جو پڌل سٽيل هئڻ کپي. ائين ڪرڻ کان پوءِ اوهان ازخود نالي ۾ دلچسپي وٺڻ شروع ڪري ڏيندا ۽ اهڙي دلچسپي حافظي کي وڌائڻ لاءِ نهايت ضروري هوندي آهي.

مون کي پڪ آهي توهان منهنجي هن خيال کان چڱيءَ ريت واقف ٿي چڪا هوندا ته جيستائين ڪنهن نالي ۾ معنيٰ ۽ مفهوم نه هوندو آهي، ته اهو ياد ٿي ڪونه سگهندو آهي. ان جو مثال هي آهي ته هڪ پيري مون کي

Pudezyva نالو ياد ڪرڻو هو، جنهن جو اُچار پڪ- شي- وا Puck - Shiy- va هو. ان لاءِ مان هاڪيءَ جو پڪ شائيورنگ Puck Shivering ياد ڪري ڇڏيو هو. (هي برف تي کيڏي ويندڙ هاڪي ۾ استعمال ٿيندڙ پڪي رٻڙ جي ڊِسڪ آهي). هاڻي تازو مان بينتاويگنا Mr. Bentavagnia سان مليس. هن نالي جو اُچار آهي بينٽ - آ - وي - نيا Bent- a- vay- nia آهي. ان لاءِ مون هي متبادل جملو بنائي ورتو Bendeng a weather vane (بينڊنگ اي ويذر وئن).

نالن جي موضوع کي الله واهي چوڻ کان اڳ مان اوهان کي هڪ ڳالهه ٻڌائڻ چاهيان ٿو تہ گهڻن نالن جون پڇاڙيون گهڻو ساڳيون جهڙوڪ لي Ly، ٽن Ton، برگ Berg وغيره هونديون آهن. اوهان انهن جي اُچار جهڙو پنهنجو لفظ جوڙي وٺو ۽ انهيءَ کي لڳاتار استعمال ڪندا رهو. اوهان لي Ly بدران لي Lea لفظ استعمال ڪري سگهو ٿا جنهن جي معنيٰ ويءَ يا ولهار آهي. ٽن Ton، لفظ لاءِ اوهان باربيل Barbell (ويٽ لفٽنگ ۾ ڪم ايندڙ وزن) يا دمبيل Dumbell پڇري جو لفظ متبادل طور ڪم آڻي سگهون ٿا. جرمنيءَ ۾ برگ جي معنيٰ جبل آهي.

جيتري قدر نالن جي اڳياڙين Prefixes جو تعلق آهي تہ جيڪو مڪ Mc يا ميڪ Mac سان شروع ٿئي ٿو ان لاءِ ذهن ۾ Mack Truck جو تصور ذهن ۾ آڻيو. جيڪو ڪو نالو اسٽين Stein سان شروع ٿئي ٿو تہ ان جو متبادل بيئر اسٽين (Beer Stein) کي ٺاهي نالي کي ياد ڪرڻ جي ڪوشش ڪريو. جيڪڏهن ڪو برگ Berg سان ابتدا ڪري ٿو تہ ذهن ۾ آئيس برگ يا جبل جو تصور پيدا ڪريو. ٿورو وقت ٿيو جو مان مسٽر مڪاٽي Mr. Macatee سان مليو هوس، هن جي نالي لاءِ هي جملو ذهن ۾ جوڙي Mack truck يعنيٰ "Macatee- Make Tea" running over cup of tea اسٽين برگ Stein Berg جي نالي لاءِ اوهان هي جملو ٺاهي سگهو ٿا Beer Stein on top of an iceberg پر اها ڳالهہ هڪ انفرادي ڳالهہ آهي. نالو ٻڌي مون کي پهريون خيال اهوئي ايندو آهي، جيڪو اوهان جي اهڙي خيال جي بلڪل ابتڙ آهي. اهو ائين آهي جهڙي ريت ان کي هئڻ جڳائي. پر دماغ ۾ پهرين ڳالهہ اها ايندي آهي تہ ان کي ڪهڙي طريقي سان استعمال ڪجي.

نالي کي مهاندي سان ملائڻ واري موضوع تي ڳالهائڻ کان اڳ اوهان کي ٿوري مشق ڪرڻ جي ضرورت آهي. اوهان کي اهو بہ ڏسڻ کپي تہ اوهان کي هيٺ ڏنل نالا ياد ڪرڻ لا ڇا ڪرڻو آهي. هن موضوع سان لاڳاپيل مشورا اوهان کي مان ان کان پوءِ ڏيندس. مان ڏسڻ چاهيان ٿو تہ هن

مسئلي کي اوهان کهڙي طريقي سان منهن ڏئي رهيا آهيو.

Stapleton	Zemmerman
Kolodny	Brady
Citron	Welling
Zauber	Jordan
Robinson	Schwartz Berg
Mc Gasscty	Fishter
Kusek	Cortell

Carruthers

هنن نالن بابت منهنجا پهريان خيال هي آهن:

Stap leton: See so many staples that they weigh a ton you are stapling a barbell

يا ان لاءِ هي جملو بہ ذهن ۾ آڻي سگهجي ٿو You are stapling barbell (اوهان کا اهڙي ہي شيءِ بہ ذهن ۾ آڻي سگهو ٿا. جيڪا Ton جي نمائندگي کندي هجي.) "Saple ton" ----- Stapleton Bardy لاءِ اوهان ڇوڪريءَ جا مينڊا زلف يا ويڙهيل وار يا اوهان انگريزي وڏي E جي اڙين کي پاڻ ۾ ڳنڊڻ Braid چاهيو ٿا يعني. Brady ---- "Braid E".

Welling. هن لفظ کي Well filled with ink جي صورت ۾ بہ ذهن ۾ آڻي سگهو ٿا. يعني هڪ کوهہ آهي جيڪو پاڻي بدران مس سان ڀريل آهي.
Welling------ Well ink

Jordan = هن لفظ کي جارڊن درياهہ جي شڪل ۾ ذهن ۾ آڻي سگهو ٿا. يا هن ريت بہ ذهن ۾ سوچي سگهو ٿا. ڏاڙ ڪري رهي آهي Jordan = Jaw down.

Schwartzberg هن لفظ جي جاءِ تي See an iceberg covered with warts
Schwartzberg "Wartsberg"

Fishter، هن لفظ لاءِ هي متبادل جملو See yourself fishing and catching a tea يا هن ريت بہ جملو سوچي سگهو ٿا You are tearing a fish.
--- "feshter" "fishtear" "fishtoe"

Cortell. لفظ لاءِ هي جملو A length of cord is gossiping or telling سوچيو Cortell= Cordtell.

Zemmerman لفظ لاءِ هيءَ تصور ذهن آڻي سگهجي ٿو تہ ڪو ماڻهو ڪا شيءِ رڌي يا هوريان هوريان اُٻاري رهيو آهي يعني Simmering in a large pot
Zemer man= Semmer man

Kolodny لفظ کي Coloured Knee ۾ بدلايو جنهن جي معنيٰ ٿيندي مختلف رنگن ۾ چٽيل گوڏو. Coloured Knee Kolodny

Citron. هن لفظ کي ٻن حصن ۾ ورهايو Run & Sit. هن بابت ذهن ۾ اهڙي تصوير جوڙيو جيڪا ويٺي به آهي ته ساڳئي وقت ڊوڙي به رهي آهي. هن لاءِ Citrus يعنيٰ ميوو. لفظ به ڪم آڻي سگهجي ٿو.
.Sitrun= Citron

Zauber- هن لفظ لاءِ سوچيو ته اوهان هڪ رڇ کي ڪرت Saw سان چيري اڌو اڌ ڪري رهيا آهيو. Sawbear يا اوهان اگهاڙا ٿي جا شي چيري رهيا آهيو Saw in nude"Zauber" "Sawbare" "Sawbear"

Robinson- هن لفظ لاءِ سوچيو ته اوهان ڇيهو پکي Robin ۽ انجو ٻچو Son ڏسي رهيا آهيو. يا اوهان پنهنجي پٽ Son کي ڦري لٽي Robbing رهيا آهيو.
"Robin son" "Robbing son" "Robin son"

مئڪ ٽرڪ چانهه جا هزارين ڪپ کڻي وڃي رهي آهي.
Mc Garrity = Mack Carry tea- A Mack truck is Carring thousond of cups of tea Mc Garrity

Kusek- هن لفظ کي هن ريت به چئي سگهجي ٿو ڪيو Cue بال واري لٺ Stick. بيمار Sick ٿي پئي آهي. "Kusek"" CueSick"

Carruthers- هن لفظ کي سوچي سگهو ٿا ته هڪ ڪار Car اوهه Ledder سان آهي. (ڏاڪڻ وانگيان) .Carruthers= Car ledders

صحيح نالا صحيح مهاندن تي رکو.

نالن کي با معنيٰ بنائڻ لاءِ هي پهريون قدم آهي. ان کان پوءِ ٻيو قدم نالي سان ڪو لفظ ڳنڍيو آهي يا منهن جو متبادل لفظ ملائڻو آهي. اوهان ڪنهن ماڻهو جي منهن ڏانهن تڪيو ته سندس مهاندو ڪهڙي شيءِ سان هڪجهڙائي رکي ٿو. اهي مهاندا هن ريت به ٿي سگهن ٿا. نرڙ ٻاهر نڪتل آهي يا ويڙهل آهي، نڪ ڊگهو، ڪن وڏا آهن. منهن ۾ گهنج آهن يا نه، چپ ٿلها آهن يا سنها، اکيون وڏيون آهن يا ننڍيون. ڳٽن ۾ چگهه پون ٿا يا نه، ڪاڏي ڊگهي يا ننڍي وغيره.

هيءَ ڳالهه پوءِ به انفرادي نوعيت جي آهي. ٻن ماڻهن جا هڪ جهڙا مهاندا به ٿي سگهن ٿا. پر انهن ۾ ڪجهه ڳالهيون مختلف به ٿي سگهن ٿيون، مگر اهم ڳالهه هيءَ آهي ته جڏهن اهو ساڳيو منهن مهاندو ڏسو ته اهو

اوهان لاءِ چٽو ۽ واضح هجي. وڌيڪ اهم ڳالهه اها آهي تہ جڏهن انهيءَ واضح منهن مهانڊي ڏانهن ڏسو تہ ان جي ساري تصوير ازخود اوهان جي ذهن ۾ اچي وڃي.

جڏهن اوهان واضح مهانڊي بابت فيصلو ڪري ورتو تہ ان ماڻهوءَ جي مهانڊي لاءِ ڪنهن متبادل لفظ جي چونڊ ڪري وٺو، جيڪو غير منطقي ۽ ڪل پوڳ جهڙو هجي. ان لاءِ فقط ايترو ڪجهہ ڪرڻو آهي.

اوهان مُنهن مهانڊي سان بہ اهڙا لفظ ملايو، جهڙا اوهان مٿي ڪن شين سان ملائي آيا آهيو، جيڪي ڪل جهڙا هئڻ گهرجن ۽ انهن کي اوهان ذهن جي اک سان سان ڏسو. فرض ڪريو اوهان راهہ ويندي مسٽر مارڪيل Markel سان مليو ٿا، جنهن جا پرون ڏاڍا ڏگها ۽ گهاٽا آهن. اوهان پنهنجي ذهن جي اک سان ڏسندا تہ انگريزي اکر وڏي "L" جهڙا آهن يعني "Markel, "Mark L. اوهان جڏهن ان ماڻهوءَ جي منهن ۾ ڏسو تہ اوهان پنهنجي ذهن ۾ اهڙي تصوير قائم ڪريو. وري جڏهن اوهان ٻيو ڀيرو هن ساڳئي ماڻهو کي ڏسندا تہ اوهان ان جي نالي بابت سوچڻ لڳندا جيڪو اوهان کي هڪدم ياد اچي ويندو.

اوهان مهرباني ڪري منهنجي هيءَ ڳالهہ ضرور ياد ڪريو تہ اهڙيون حقيقتون فقط مقصد تائين پهچڻ جا وسيلا هونديون آهن. جڏهن هڪ ڀيرو هڪ لفظ اوهان جي ذهن ۾ گهر ڪري ويو، تہ ان سان ملايل ٻيو لفظ ازخود اوهان کان وسري ويندو. هي طريقو اهڙو آهي جيڪو اوهان کي نالي ياد ڪرڻ ۾ دلچسپي وٺڻ، ڌيان ڏيڻ ۽ ڪنهن تي ڳوڙهو سوچڻ لاءِ مجبور ڪري ٿو. ان ڪري اوهان کي دلچسپي وٺڻ کپي. مهانڊي کي ڌيان سان ڏسڻ ۽ انهيءَ تي گهرو سوچڻ ويچارڻ گهرجي. جيڪڏهن اوهان اهڙيون ڳالهيون هن طريقي جي رهنمائي کان سواءِ ائين ڪري سگهو ٿا تہ پوءِ اهڙي طريقي کي ڪتب آڻڻ جي ڪابہ ضرورت ڪانہ آهي.

پر اوهان کي هي طريقو ضرور ڪتب آڻڻ گهرجي. ڇاڪاڻ تہ هن طريقي جي استعمال سان ياد ڪرڻ ۾ ڏاڍي سولائي ٿي پوندي آهي، بنيادي طور تي اسان سڀ ڪاهل ۽ سست هوندا آهيون ۽ گهري سوچڻ کان پيا ڀري ڀڄندا آهيون. توهان کي محسوس ٿيندو تہ مقصد حاصل ٿيڻ کان اڳ اهو طريقو اوهانجي عادت بڻجي ويندو. جيڪڏهن اوهان منهنجي مشوري کي لڳي ائين ڪرڻ شروع ڪيو تہ اوهان پاڻ ۾ ازخود ائين ڪندا رهندا.

هن باري ۾ مان اوهان کي ڪي ٻيا مثال بہ ٻڌائي رهيو آهيان.

مسٽر گيلووي Galloway کي ڪاڏيءَ ۾ هڪ گهرو چير آهي. توهان ذهن ۾ اهو ڏسو تہ چڻ هڪ ڇوڪري يا محبوبہ ان چير مان ٻاهر نڪري رهي آهي Girl or gal going مان نڪري رهي آهي.

مسٽر سٽڪس Sacks جو نرڙ ٻاهر تي نڪتل آهي. اوهان اندر جي اڪ سان ڏسو تہ اهو نرڙ چڻ تہ شراب جي بوتل آهي ۽ شراب جون هزارين بوتلون ٻاهر نڪرنديون اڏامنديون پيون وڃن.

مسٽر وئن نيئس Van Nuys جون اکيون ٻاهر تي نڪتل آهن. اوهان اندر جي اک سان ڏسو ٿا تہ سندس اکين مان ٻہ وڏيون Vanes گاڏيون ٻاهر نڪري رهيون آهن. مسٽر سمٿ جو نڪ ڊگهو آهي. اوهان ذهن ۾ سوچيو ٿا تہ سندس نڪ لوهر جي وڏاڻ جهڙو آهي يا اوهان هن جي نڪ کي وڏاڻ سان ڪُٽي رهيا آهيو.

هن قسم جي ڳالهين کي ياد ڪرڻ جو سولو طريقو اهو آهي تہ اهڙي مشق ڪئي وڃي ۽ اڳتي وڌڻ گهرجي. هئي پيري اوهان سان ٻن ٽن ماڻهن کي هڪ ئي وقت ملايو وڃي ٿو. انهيءَ لاءِ اوهان کي مٿي بيان ڪيل طريقو ڪتب آڻڻ گهرجي. اوهان پنهنجي مقصد ۾ ڪامياب ٿيندا ۽ اوهان کي ڏاڍو تعجب ٿيندو. اهو بہ محسوس ڪرڻ نہ گهرجي تہ اهڙين ڳالهين سکڻ ۾ گهڻو وقت لڳي ويندو. توهان جيڪڏهن ٿوري مشق ڪندا تہ توهان کي نالن جا گهربل متبادل لفظ ملي ويندا ۽ اوهان جي چهري جي واضح مهاندن کي انهن سان ملايو. اهڙو ڪم اوهان ٿوري وقت ۾ سولائي سان ڪري سگهندا، ائين چڻ اوهان هيلو چيو هجي.

جيڪڏهن چاهيو تہ هن مقصد لاءِ ڪنهن رسالي يا اخبار کي بہ استعمال ڪري سگهو ٿا. توهان پنهنجي ذهن ۾ منهن جا وَجَهہ تصور ڪريو ۽ ان جي اوهان تاس جي پتن جيان مشق ڪريو. انهن نالن مان ڪي ٻيا نالا جوڙي وٺو يا سندن اصلي نالا ڪتب آڻيو ۽ طريقي کي استعمال ڪريو. جيتوڻيڪ اوهان جي ذهن واري تصوير هڪ طرفي هوندي، پر اهو طريقو ڏاڍو اثرائتو ثابت ٿيندو.

هاڻي هيءَ ڳالهہ هتي ختم ٿي. مان حافظي کي طاقتور بنائڻ لاءِ اوهان کي پيون بہ گهڻيون ڳالهيون سيکاري سگهان ٿو. پر هتي نہ. مان هيءَ ڳالهہ واضح ڪرڻ پئي گهري تہ ڪيئن اوهان پنهنجي دماغ کي منظم ڪري، مختصر خيال ۽ گهريءَ سوچ جي آڌار تي پنهنجي ذهن کي طاقتور بنائي سگهو ٿا.

جيڪڏهن اوهان پنهنجي دماغي طاقت ۾ هڪ جادوگر بڻجڻ ٿا چاهيو، يا اوهان جي حافظي لاءِ مسئلا آهن تہ اوهان کي گهرجي تہ منهنجو اڳيون ڪتاب ضرور پڙهو، جنهن جو نالو آهي "How to Develop a Super Power Memory" اوهان کي اهو مشورو مان ٽن ڪارڻن ڪري ڏئي رهيو آهيان. پهريون اوهان هن جي پڙهڻ ۾ تمام گهڻي دلچسپي وٺندا، ٻي ڳالهہ تہ مون کي پڪ آهي تہ ان ۾ لکيل ڳالهيون اوهان جي حافظي کي 100% طاقتور بنائينديون. ٽين ڳالهہ تہ مون کي هئي جي بہ ضرورت آهي.

باب سترهون

اوهان بئي ماڻهوءَ کي پاڻ جهڙو بڻائڻ لا کهڙي طريقي سان متاثر ڪري سگهو ٿا يعني شخصيت جو راز.

اسان فطرتي طور اهڙين خوبين جا مالڪ هوندا آهيون جن وسيلي اسان جي شخصيت جي تعمير ٿيندي آهي. انهن خوبين کي خاص طور شخصي زندگي ۾ ڪتب آڻڻ هر انسان جي ذميواري هوندي آهي. **(هنري ايمرسن فوسڊڪ)**

ڪجھ ڏينهن ٿيندا جو آئون پنهنجي هڪ دوست سان ڪچهري ڪري رهيو هوس. جنهن مون کي ٻڌايو ته مان ٽينءَ رات هڪ ٽيليويزن جو اداڪار ڏٺو آهي، جيڪو واقعي هڪ عظيم هو. تنهن تي مون ڪانئنس پڇيو ته ڇا ناچ جو مهاڇاٽو هو؟ منهنجي هن سوال تي وراڻيائين ته "نه." وري پڇيومانس ته پوءِ راڳ ۾ سريلو هوندو؟ هن جواب ڏنو ته، "نه." ان ڪان پوءِ مون ڪانئس پڇيو ته ڇا هو مزاحيه اداڪار هو؟ منهنجي هن سوال جي جواب ۾ چيائين ته، "اهو ماڻهو ڏاڍو پلو پئي لڳو."

مان سمجهان ٿو اهڙيون خوبيون اسان سڀني لاءِ ڏاڍيون اهم آهن. جنهن ڪري ماڻهو اسان کي پسند ڪرڻ لڳندا آهن. رڳو ٽيليويزن ۾ نه پر ڏهاڙي واري زندگي ۾ به. ميڪاولي هڪ پيري چيو هو، "ته شهرت هڪ طاقت آهي. اوهان جي پنهنجي دوستن ۽ واقفڪارن ۾ مشهور ٿيڻ جي معني آهي ته اهي ضرور توهان کي پسند ڪن ٿا."

اوهان جي شخصيت جي تعمير ۾ تي ڳالهيون اهم هونديون آهن ته، اوهان نظر ڪيئن اچو ٿا؟ اوهان جو هلڻ چلڻ ڪهڙي طريقي جو آهي ۽ توهان جو انداز گفتگو ڪهڙو آهي؟ توهان جو سوچڻ ويچارڻ اوهان جي صورت ۽ هلت چلت، لفظن تي ضابطو رکندو آهي. اوهان کي هيءَ ڳالهه سيکارڻ منهنجي لاءِ ڏکي آهي ته توهان متاثر ڪندڙ شخصيت ڪهڙي طريقي

سان ٻڌجي سگهو ٿا. البت ٿورا اشارا ڏئي سگهان ٿو ته اوهان کي ڪيئن هجڻ کپي؟ جو ٻيا اوهان کي پسند ڪن ۽ اوهان جو احترام ڪن.

پهرين ڳالهه اها آهي ته اول اوهان انهن کي پسند ڪريو ۽ سندن احترام ڪريو.

بهتر ڳالهه اها آهي ته اوهان ٻين ماڻهن جي دلچسپين ۾ دلچسپي وٺو. هن کان وڌيڪ ٻيو ڪوبه سٺو طريقو ڪونه آهي جو ٻيا اوهان ڏانهن متوجهه ٿين ۽ اوهان ۾ دلچسپي وٺن. مان اهڙي ماڻهوءَ کي سڃاڻندو آهيان، جيڪو هڪ اخبار واسطي مشهور شخصيتين کان انٽريو وٺندو رهندو آهي ۽ سندس پيٽ گذر به انهيءَ ڏنڌي وسيلي ٿيندو آهي. هن ۾ خاص خوبي اها آهي ته هو اهڙن ماڻهن سان وڃي ملندو آهي جيڪي اخباري نمائندن سان ملڻ کان پيا ڇرڪندا آهن. سندس هن خوبيءَ ۾ فقط هڪ راز آهي ته اهو سندس ڌنڌو ٿي ويو آهي ته انٽريو وٺڻ کان اڳ هو پنهنجو سيڪجهه ڇڏي اهو معلوم ڪندو آهي ته ان ماڻهوءَ جي دلچسپي ڪهڙي آهي.

اهڙي معلومات ملڻ کان پوءِ هُو اهڙين شين جو ڳوڙهو ابياس ڪندو آهي. اهو ڏيکارڻ لاءِ ته هن جو به اهڙين شين ۾ تجسس ۽ گهڻي دلچسپي آهي. تعجب جهڙي ڳالهه اها آهي ته جيڪي ماڻهو ڪنهن اخباري نمائندي سان ٻڙڪ ٻولڻ لاءِ تيار ڪونه هوندا آهن، سي هن سان ويهي اندر جو احوال اوريندا آهن، ٻر اوهان ٻين سان ڳالهائڻ مهل هن ڳالهه جو ڪڏهن به خيال ڪونه ڪندا آهيو.

هر ماڻهوءَ جي اها خواهش هوندي آهي ته ٻيا ڪيس پسند ڪن ۽ گهڻو توجهه ڏين. ڪي ماڻهو وري ظاهري ڏيکاءُ اهو ڏيندا آهن ته ڪين اها پرواهه ڪانه آهي، ته ماڻهو ڪين پسند ڪن ٿا يا ڪونه ٿا ڪن ۽ جيڪڏهن ماڻهو هنن ڏانهن توجهه نه به ڏيندا ته ڪين ڪابه پرواهه ڪانه آهي. پر مان سمجهان ٿو ته اهڙا ماڻهو به ڳجهه ڳوهه ۾ اهو چاهيندا آهن ته ٻيا ڪين پسند ڪن ۽ هنن ڏانهن متوجهه ٿين. شايد اهڙا ماڻهو پنهنجو پاڻ ۾ محو هوندا آهن. اتفاق سان اهڙيون ڳالهيون غير اهم هونديون آهن. اهو ممڪن ئي ڪونه هوندو آهي، جو ماڻهو فقط پنهنجن مفادن ۾ دلچسپي وٺي ۽ وري اهو سوچي ٻيا منجهس دلچپي وٺن ۽ هن ڏانهن متوجهه ٿين. چارلس ايڇ. پارڪرسٽ Cahrles H. Parkhurst جو چوڻ آهي ته، ”جيڪو ماڻهو فقط پنهنجي لاءِ جيئندو آهي ۽ جئڻ چاهيندو آهي، تنهن کي سندس دوستن جي

عدم موجودگي پڌن ڪمن ۾ لاهي وجهندي آهي."

مان شخصي طور ٻين ماڻهن جي جوڙيل رٿابندين، ڏکن ڏاکڙن، مقصدن ۽ ٻين عام ڳالهين ۾ دلچسپي وٺندو آهيان ۽ اهڙن ماڻهن سان اهڙي تہ سنگت تي وئي آهي جو ڇڄڻ جي ئي ڪانہ آهي.

توهان بہ ماڻهن کي پسند ڪرڻ سکو انهيءَ لاءِ تہ جيئن هو موٽ ۾ اوهان کي پسند ڪرڻ شروع ڪن. اوهان کي ساڳي رويي رکڻ وارا اصول ڪتب آڻڻ گهرجن. گهڻا، اوهان سان اهڙو رويو رکڻ چاهيندا جيڪو اوهان ساڻن رکندا آهيو. هن بيان کي جاچڻ پرکڻ سولو بہ آهي. مثال طور جنهن ماڻهوءَ سان اوهان منهن ۾ گهنج وجهي ڪَهرائي سان ڳالهائيندئو تہ موٽ ۾ اهو بہ توهان سان ساڳي رکائي ۾ ڳالهائيندو. اوهان جڏهن بہ ڪنهن دوست ۽ واقف ڪار سان ڳالهائي رهيا آهيو تہ سمجهو تہ اوهان آئيني (درسني) آڏو بيهي پاڻ سان ڳالهائي رهيا آهيو. منهنجي هيءَ ڳالهہ ڪن ڪولي ٻڌو تہ توهان جي واقف ڪارن جا رويا توهان جي روين جو پڙاڏو هوندا آهن. چوندا آهن تہ، "منڙا ڪهڙ تہ گهرانءِ."

مان ڪن اهڙن ماڻهن کي سڃاڻندو آهيان، جيڪي عيش و عشرت ڪان ٻَچان ڪندا آهن ۽ تَنَ کي تسيا ڏيندا آهن. سندن خيال آهي تہ هي دنيا ۽ ان ۾ رهڻ وارا ماڻهو گندا ۽ ڪِريَ جهڙا تي ويا آهن. عام انسان هن قسم جي ماڻهن ڏانهن اک وٽائي بہ ڪونہ ڏسندا آهن. تنهنڪري اهي ڪنهن کي ڪجهہ بہ ڪونہ سمجهندا آهن. اهڙن ماڻهن جو انگ آڱرين تي ڳڻڻ جيترو مس هوندو آهي. اهي پنهنجي پُلين تعمير ڪرڻ بدران روڪن ۽ رنڊڪن واريون اڏاوتون جوڙيندا وتندا آهن. اوهان منهن ۾ گهنج وجهڻ بدران، کِلي خوش ٿي پنهنجي اڳتي وڌڻ لاءِ پُليون تعمير ڪريو.

اسان سيني ٻڌو آهي تہ کلڻ سان منهن ۾ گهنج وجهڻ ڪري وڌيڪ رڳون تاڻجي وينديون آهن. ٿي سگهي ٿو اها خالي پروپيگنڊا هجي، جنهن جو مون کي پورو پتو ڪونہ آهي. پر اسان انهيءَ ڳالهہ کي سچ ڇو نہ سمجهون؟ چڱو هاڻي ٺهڪ ڏئي ڏيکار! انهيءَ ۾ تنهنجي لاءِ سڀ ستائي آهي.

جيڪڏهن اوهان ڪنهن کي دوست بڻائڻ ٿا چاهيو تہ توهان بہ تہ ان جا دوست بڻجو!

جيڪڏهن اوهان ويڳاڻا آهيو ۽ اوهان کي سنگتي ساٿي گهٽ آهن تہ اها ڪا ڳڻتيءَ جي ڳالهہ ڪانہ آهي. اوهان ڪنهن ٻئي جا دوست بڻجي وڃو پوءِ

ڏسو تہ ماڻهو اوهان جا دوست بڻجن ٿا يا نہ ٿا بڻجن. توهان ڪنهن بہ ماڻهوءَ جي واهر لاءِ ڪڏهن پنهنجي محدود دائري کان ٻاهر نڪرو. ڇاڪاڻ تہ توهان بہ ڪڏهن اها آس رکندا آهيو تہ جيڪر سنگتي منهنجا ڪارڻي ٿين تہ هوند ڀلو! جي. بئلي G. Bailey جو هي مشهور قول آهي تہ، ”حياتي ڏيتي ليتيءَ جو هڪ بهترين ماڳ آهي، جتي ڪوبہ ماڻهو نيت جي سچائيءَ سان تيستائين ٻئي جي سهائتا ڪونہ ٿو ڪري جيستائين ڪو بيو ماڻهو سندس اهڙي واهر نہ ٿو ڪري.“ جيمس بئريئر James Barrier جو قول بہ ساڳيو ٻول ورجائي ٿو تہ، ”جيڪي ماڻهو ٻين جي سک لاءِ سهائيءَ جو ترورو آڻيندا آهن، سي پاڻ ٻاڻ اونداهيءَ ۾ ڪونہ رهندا.“ ماڻهن کي ياد ڪريو ۽ ساڻن گڏجي رهو. پوءِ اوهان وڌيڪ خوش وڌيڪ بهتر نموني گذاري سگهندا.

اهڙيون دانهون ڪڏهن بہ نہ ڪندا ڪريو تہ ماڻهو توهان سان سهڻو سلوڪ ڪونہ ٿا ڪن. پر توهان ڪڏهن بہ ساڻن سهڻي سلوڪ ڪرڻ جي ڪوشش ڪئي آهي؟ مون کي پڪ آهي تہ جيڪڏهن اوهان ٻين سان ٻاجهارو ٻوليندا ۽ سلٺ ڪري هلندا تہ اهو ڪڏهن نہ ڪڏهن ۽ ڪنهن نہ ڪنهن روپ ۾ اوهان کي موٽي ملندو. هي اڌارو سودو آهي. جيڪڏهن ماڻهو اوهان ڏانهن هٿ نہ وڌائن تہ اوهان شروع ڪريو. پوءِ ڏسو تہ ٻيا بہ اوهان ڏانهن هٿ ڊگهيريندا. اوير سوير ماڻهو ليکي چوکي ۾ وڃي سَنَمڪُ ٿيندو آهي. ڏئي وٺي پَلوَ آجا ڪندو آهي ۽ ڪير بہ ڪنهن جي چڱائي ڪونہ رکندو آهي. اول اوهان ڪنهن سان چڱائي ڪري تہ ڏسو!

والٽر ايس. لئنڊور Walter S. Landor هڪ ڀيري چيو هو تہ، ”اسان ۾ موجود ٻاجهہ ۽ ديا ماڪيءَ جي لار هوندي آهي. جيڪا ٻئي ۾ موجود ڪنورتا جي ڏنگ کي مڏو ڪري ڇڏيندي آهي.“ گهڻا ماڻهو ساڳئي ڏچي جي ور چڙهيل هوندا آهن ۽ اوهان جيان نفسياتي چڪتاڻ جا شڪار هوندا آهن ۽ پنهنجن مسئلن سان چؤمکي ويڙهہ ڪندا آهن. هيءَ ڳالهہ بہ ڌيان ۾ رکي ڇڏيو تہ ساڳين ڏچن جا دهل اوهان جي دَرَ تي بہ وڄندا. ڊي گريليٽ De Grellet لکيو آهي تہ، ”مان هن دنيا مان فقط هڪ ڀيرو گذرڻو آهيان. تنهن ڪري مان چاهيان ٿو تہ ماڻهن سان هاڻي پنهنجي چڱاين ۽ ڀَلاين جا ڀيرا ڀريان. ساڻن ڪومل ۽ نرمل ٻول ٻوليان ۽ مانَ مرجاتا وارو سهڻو سلوڪ ڪريان. ڇاڪاڻ تہ مون کي هن دنيا ۾ ٻيهر تہ اچڻو ئي ڪونہ آهي.“

مون ماڻهن جي اهڙين ننڍڙين ڳالهين کي نظرانداز ڪندو آهيان، جن جي ڪرڻ کان پوءِ ماڻهن کان معافيون وٺڻ جي ضرورت محسوس ٿيندي آهي. پر ان

هوندي بہ ماڻهو اهڙين گندين ڳالهين مان هٿ ڪونہ ڪيندا آهن. مان انهن ماڻهن جي معافين ونڻ ڏانهن اشارو ڏئي رهيو آهيان، جيڪي هي چئي پنهنجي بي رحميءَ ۽ بي حسيءَ جي معافي وٺندا آهن تہ، "آءٌ ڏاڍو مشغول هوس" يا "بيمار هوس" يا وري چوندا تہ، "منهنجي طبيعت ٺيڪ ڪونہ پئي چاهيو" وغيره.

مان هڪ ڏينهن اسپتال ويس جتي منهنجو هڪ دوست دل جي دوري جي تڪليف ڪري داخل هو. هن ڪيڏانهن ڪا اهم ٽيليفون ڪرڻ پئي چاهي. وٽس خانگي ٽيليفون هئي ۽ هو ٽيليفون نمبر ڊايل ڪري چار پنج منٽ اوسيڙي ۾ ويٺو رهيو، پر ڪنهن سندس ٽيليفون ڪانہ کنئي. هو سمجهي رهيو هو تہ سڄ آپريٽر ٽيليفون وڄڻ جو آواز ڪونہ ٻڌو هوندو يا وري ٽيليفون خراب هوندي تنهنڪري رسيور کي بار بار کڙڪائي ڏنائين.

ان کان پوءِ اوچتو هن آپريٽر جو آواز ٻڌو جيڪو ڪيس چنڊ پئي رهيو تہ رسيور کي ڇو کڙڪائي رهيو آهين؟ ڪيس وڌيڪ چوڻ لڳو تہ، "مان اوهان کي نمبر ان وقت ولي ڏيندس، جنهن وقت مون کان پڇو" دل جو هيءُ مريض ٽپيءَ ۾ پئجي ويو ۽ ڪِرڪڻ ۽ ڪنجهڻ لڳو. تنهن تي مان پڪس ۽ پبلڪ بوٿ وٽان هن لاءِ ڪال نمبر ورتم. ٿوري وقت کان پوءِ اسپتال جو مئنيجر هن مريض وٽ آيو ۽ اچي چيائين تہ، "ان وقت ٽيليفون آپريٽر تمام گهڻو مشغول هو!"

مطلب تہ هي اهو ساڳيو ڏچو آهي جنهن جو آئون مٿي بيان ڪري آيو آهيان. اها ڪيڏي دل ڏڪائيندڙ حقيقت آهي تہ هڪ دل جو مريض آهي، جيڪو ان اڳهائي ڪري اسپتال ۾ داخل آهي! ان ڪري سائس وڌيڪ نرمائي جو مظاهرو ڪرڻو هو. جيڪڏهن اسپتال جو ٽيليفون آپريٽر انهيءَ کان ٽيڻ تي وڌيڪ مشغول بہ هجي ها تہ بہ مٿس فرض هو تہ ٻيا ڪم ڇڏي هن ڏانهن متوجہ ٿئي ها. پر جيڪڏهن اهو آپريٽر ڪيس مانَ مرجاتا سان ائين چوي ها تہ، "سائين! مون کي افسوس آهي، هاڻي تہ ٽيليفون ڏاڍي مصروف آهي، جنهن وقت بہ لائين خالي ٿي مان اوهان کي گهربل نمبر وٺي ڏيندس" تہ آخر کهڙو اُپ مٿان ڪري پوي ها! رکائي سان جواب ڏيڻ کان ائين چوڻ تہ وڌيڪ سولو هو. مان پڪ سان چئي سگهان ٿو تہ مذڪوره ٽيليفون آپريٽر ڏاڍو ڏکويل ماڻهو هوندو.

سني سلوڪ ڪرڻ لاءِ تہ سدائين وقت هوندو آهي. توهان ڪڏهن بہ بيماري، مشغولي ۽ مزاج جي ناپسنديدگيءَ جو اظهار نہ ڪندا ڪريو. اهي فقط نتائڻ جا بهانا هوندا آهن. پئي پيري اوهان ڪنهن ماڻهوءَ ڏانهن نہ وڃڻ

جا بهانا نہ ڳوليو. ڇاڪاڻ تہ اوهان کي نہ وڃڻ لاءِ پيٽ جيِ سور جو بهانو آهي، پر مٿان اڳلو ماڻهو سڪرات ۾ هجي ۽ هي جهان ئي ماڳهين ڇڏي ويندو هجي! جسٽس فيلڪس فرئنڪ فرٽر Felix Frank Furter چيو آهي "تہ خوش اخلاقي ۽ شائستگي اهڙي شيءِ آهي، جنهن سان سماج جي برائي ڍوڪجي صاف ٿي ويندي آهي." مان سندس هن خيال سان بلڪل متفق آهيان.

جيڪڏهن اوهان چاهيو ٿا تہ ماڻهو اوهان کي پسند ڪن تہ اوهان پاڻ ساڳيءَ ڳالهہ جو مظاهرو ڪريو. ہہ لفظ نهايت خوبصورت آهن جيڪي ڇڪلهہ ڪير استعمال ئي ڪونہ ٿو ڪري. اهي آهن، "اوهان جا ٿورا" يعني Thank You. جيڪڏهن اوهان هنن ٻن ٻولن کي استعمال ڪندا تہ ماڻهو وري توهان جي چيل تعداد کان وڌيڪ انهن لفظن کي ڪتب آڻيندا.

توهان کي ائين سوچڻ گهرجي تہ ساري دنيا اوهان جي خلاف ٿي بيهي رهي آهي. تنهنڪري اوهان هرشيءِ هر ماڻهوءَ کي تبديل ڪرڻ چاهيو ٿا. پر منهنجي هن ڳالهہ ۾ ويساهہ ڪريو تہ تبديليءَ جو سڀ کان وڌيڪ بهتر طريقو هيءُ آهي تہ اوهان دوستن کي تبديل ڪريو. پنهنجي واقف ڪارن کي تبديل ڪريو. پنهنجي مڙس يا پنهنجي گهر ڌياڻيءَ کي تبديل ڪريو. پر اهڙين تبديلين کان ڀهريائين اوهان پاڻ تبديل ٿيو. هن باري ۾ ٿامس اي ڪيمپس Thomas a Kempis چيو آهي تہ "انهيءَ تي ڪاوڙ نہ ڪريو. تہ اوهان ٻين کي بدلائي پاڻ جهڙو نہ ٿا بڻائي سگهو. ڇاڪاڻ تہ توهان پاڻ ئي پنهنجي خواهش مطابق بدلجي ڪونہ ٿا سگهو."

اسان پنهنجي سمجهہ کان گهٽو وڌيڪ خوش مزاج هوندا آهيون.

آئون سمجهان ٿو وڏي شخصيت ٿيڻ لاءِ لازمي جز خوش مزاجي هوندو آهي. اوهان پاڻ ۽ پنهنجي حياتيءَ تي کجهہ وڌيڪ کلڻ سکو. ٿوري گهٽي وقت کان پوءِ اوهان کي پنهنجي ٿوري ٿوري ڪاوڙ ۽ مايوسين تي کلڻو پوندو، جيڪي هاڻي توهان جي آڏو اچي بيٺيون آهن. پوءِ کلڻ کان بهتر آهي تہ اوهان هاڻي کلو. پر مونجها ۽ مايوس نہ ٿيو. خوش مزاجيءَ جو اهو مطلب هرگز نہ آهي تہ اوهان ڪنهن اهڙي واقعي تي ٻين تي کلو ۽ جيڪڏهن اهو ساڳيو واقعو اوهان مٿان ٿي گذري تہ ان جو ڏک اوهان کي نهوڙي ڇڏي.

مان، مايوسي ۽ نفسياتي دٻاءُ جو هڪ ٽڪ علاج خوش مزاجي کي ٿو سمجهان. مسئلو اهو آهي تہ جيڪي ماڻهو هن املهہ وٿ جي ساڃهہ ڪونہ ٿا

رکن، تن کي هن قيمتي شيءِ جو قدر بہ ڪونہ آهي. فرئنڪ ايم ڪولبي Frank. M. Colby جو چوڻ آهي تہ، "ماڻهو، غداري، قتل باهہ ڏيڻ، جعلي ڏندن يا هترادو وارن جو الزام قبول ڪندا. پر اها ڳالهہ قبول ڪونہ ڪندا تہ منجهس ڪو خوش مزاجيءَ جي کوٽ آهي" مان البت نہ ٿو سمجهان تہ خوش مزاجي ڪنهن جي ملڪيت آهي ۽ وٽس هئڻ کپي. پر اهو مسئلو چاڻ جو آهي. اهڙي ماڻهوءَ کي خبردار ڪرڻ کپي تہ، "تو ۾ خوش مزاجي واري ڳالهہ تہ موجود ئي ڪانہ آهي."

چڱو، اوهان پهريائين پاڻ کي تہ جاچي پرکي ڏسو. پاڻ کان بہ سوال پڇي ڏسو تہ توهان پاڻ ڪنهن نڄ سمان ڳالهہ تي ڳُنڀير تہ ٿي ڪونہ ويندا آهيو. اوهان جي ڪمزور ڪلهن تي وڏو وزني بار خوش مزاجيءَ جي کوٽ جو آهي. توهان جو اهو بار فقط خوش مزاجيءَ وسيلي هلڪو ٿي سگهي ٿو. بيا مسئلا خوش مزاج خاصيت ڪري دور ڪري سگهجن. اهڙو بحث اوهان کي هن ڪتاب ۾ بہ موجود نظر ايندو. اهڙي خوش مزاجي انسان جي دماغ ۾ موجود هوندي آهي. جيڪو ڪجهہ اوهان سان ٿي گذري ٿو ان کي ڪجهہ بہ نہ سمجهو ۽ نہ وري ان تي وڏيڪ ويچاريو يا جيڪو ڪجهہ اوهان سان ٿيڻ وارو آهي تنهن کي اوهان پنيءَ پاڏئون اچلائي ڇڏيو. ان ڪان پوءِ محسوس ٿيندو تہ هر شيءِ ۾ خوش مزاجيءَ جو عنصر موجود آهي.

هنري ايمرسن فوسڊڪ جو چوڻ آهي تہ، "جيڪي شيون اوهان کي نهوڙي ٿيون رکن انهن کي گهٽائي ڇڏيو. يعني اهو تہ اوهان ڪوجها آهيو يا اوهان ۾ گهربل قابليت ڪانہ آهي. اوهان وٽ پئسو ڏوڪڙ بہ ڪونہ آهي. اهڙيون ڳالهيون تہ واقعي انسان لاءِ مجبوريون هونديون آهن. پر اهڙين ڳالهين تي توهان ڳڻتي انهيءَ لاءِ ڪري رهيا آهيو جو اوهان سوچي ويچاري انهن کي وزن ڪان وڏيڪ اهميت ڏئي ڇڏي آهي. اهڙين مجبورين کي دور ڪرڻ جي فقط هڪ واٽ آهي تہ انهن کي ڪجهہ بہ نہ سمجهو. جيڪڏهن توهان ائين نہ ڪندا تہ اهڙين روڪن رنڊڪن کي ڪڏهن بہ پار ڪري ڪونہ سگهندا."

اوهان جي خوش مزاجي وارو جذبو، روڪن رنڊڪن جي وجود ۾ اچڻ ڪان پهريائين انهن کي نهوڙي ناس ڪري ڇڏيندو. اوهان اهڙين مشڪلاتن کي لوڻ جي ذري جيان نڄ سمان سمجهو. بس ڪلهن کي جهٽڪو ڏئي وڪ وڌائي اڳتي نڪري وڃو. هيٺ پنجن سٽن جو مزاحيہ نظم ڏجي ٿو جيڪو اينٿوني ايوور Anthony Eewer لکيو آهي. ووڊ رو ولسن Wood Row Wilson

هن نظم جو تمام گهڻو حوالو ڏنو آهي. رويي بابت منهنجي نقطهءِ نظر سان گهڻو سهمت آهي:

جيتري قدر سونهن جو تعلق آهي تہ مان چمڪندڙ تارو ناهيان،
ٻيا ماڻهو تہ مون کان تمام گهڻا سهڻا آهن.
منهنجو منهن؟- ان بابت بہ مون کي ڪابہ چنتا ڪونهي،
ڇاڪاڻ تہ مان ان جي پٺيان آهيان.
پر سامهون وارن ماڻهن ڪري مون کي ڏاڍو صدمو پهچي ٿو.

توهان وترادا آهيو يا ٿور- ڳالهائو؟

اوهان وٽ هڪ شيءِ تہ عام هوندي اوهان ۾ انهن ۾ ڳالهائڻ جي اهليت هوندي آهي. جڏهن اوهان ڳالهائيندا آهيو تہ ٻڌندڙ اوهان جي شخصيت جو اندازو لڳائي وٺندا آهن. جڏهن مان اوهان جي انداز گفتگو بابت ويچار ونڊي رهيو آهيان تہ منهنجو مطلب اوهان جي لغوي چاڻ، گرامر ۽ آواز تي بحث ڪرڻ ڪونہ آهي. پر اهڙيون ڳالهيون اهم ضرور آهن. نہ رڳو اهم پر لازمي بہ آهن. اوهان جيڪو بہ ڳالهايو ٿا تنهن بابت رابرٽ لوئس اسٽيونس Robert Louis Steveness جو چوڻ آهي تہ، ” هن دنيا ۾ اسان جو مکيہ ڪم ڳالهائڻ آهي. ڳالهائڻ وندر جي وات ڏسيندو آهي. ڳالهائڻ ۾ خرچ بہ ڪونہ لڳندو آهي. پر اهو تہ نجو نفعو ئي نفعو آهي. اسان جي تعليم جي تڪميل بہ ڳالهائڻ وسيلي ٿيندي آهي. اسان جون دوستيون ۽ محبتون بہ انهيءَ ذريعي وڌنديون آهن. ڳالهائڻ مان هر عمر جي دور ۾ مزو ماڻي سگهجي ٿو. هر بيمار ۽ تندرست ماڻهو ڳالهائي ٻولهائي سگهي ٿو.“

هي بيان تہ بلڪل صحيح آهي. پر هن سان هڪ ٻي چوَڻي بہ موجود آهي تہ، ”ماڻهو پنهنجي وات مان گهڻيون غلط ڳالهيون بہ ڪندو آهي“ مان سمجهان ٿو تہ جيڪڏهن اسان هن اصول جي سختيءَ سان پابندي ڪنداسون تہ گفتگو جي نقادن کان سواءِ اسان گهڻو ڪجهہ پرائي سگهنداسون. جيڪڏهن اوهان ڪا فائدي واري ڳالهہ نہ ٿا چئي سگهو تہ بهتر آهي تہ اوهان پنهنجو وات بند رکو ۽ ماٺ ساڌي ويهي رهو.

گهڻو ڪري تنقيد اهڙي هوندي آهي، جو خود نقادن کي ڪلٺهاب ڪري ڇڏيندي آهي. اهو بہ ڏٺو ويو آهي تہ تنقيد ڪرڻ تہ سولي ڳالهہ هوندي آهي، پر صحيح هجڻ ۽ ڪنهن جي مدد ڪرڻ ڏکيو هوندو آهي. اسان مان گهڻا ماڻهو ائين ئي ڪندا آهن.

جيڪڏهن اوهان پنهنجي شخصيت جي تعمير ڪرڻ گهرو ٿا ته گهڻو ڳالهائڻ بند ڪري ڇڏيو. اوهان جي شخصيت جي تعمير بابت هي اهم ڳالهه هيءَ آهي ته اوهان پنهنجي پسنديده موضوع تي گفتگو تمام گهٽ ڪريو. جيڪڏهن اوهان ڪنهن سان ڪچهري ڪري رهيا آهيو ته ان سان پاڻ بابت نه، پر ڪنهن ٻئي ماڻهو لاءِ ڳالهايو. مونٽيگن Montaigne هن موضوع تي مختصر طور هن ريت چيو آهي ته، ”هن جو حاصل مطلب اهو ٿيندو ته ماڻهو پنهنجي محروميءَ کان سواءِ ڪجهه به ڪونه ڳالهائيندو. جيڪڏهن هو پاڻ تي الزام ۾ بهتان مڙهيندو ته ٻڌڻ وارو هڪدم ويساهه ڪري وٺندو. پر جيڪڏهن هو پنهنجي تعريف ۾ ڪجهه چوندو ته مٿس ڪير به اعتبار ڪونه ڪندو.“

ڇا اوهان ماڻهن سان ڳالهائڻ کان ڊچندا آهيو؟ يا اوهان اهڙي قسم جا ماڻهو آهيو جو ڳالهائڻ مهل اوهان جون اکيون هيٺ فرش تي، سامهون واري ماڻهوءَ جي مٿي تي يا ساڄي ڪن تي هونديون آهن؟ ڪنهن ماڻهوءَ سان گفتگو ڪرڻ وقت ڏسڻ جو بهتر انداز اهو هجڻ کپي جو اوهان جون اکيون ان ماڻهن جي اکين ۾ هئڻ گهرجن (جنهن سان اوهان محو گفتگو هوندا آهيو.)

مان هڪ اهڙي ماڻهوءَ کي سڃاڻندو آهيان جيڪو ڳالهائڻ واري ماڻهوءَ جي اکين ۾ اکيون وجهي ڳالهائي ڪونه سگهندو هو. پوءِ هن ڇا ڪيو جو ڏهاڙي اڌ ڪلاڪ آئيني جي سامهون ويهي پنهنجي اکين ۾ اکيون وجهي ڳالهائڻ جي مشق ڪندو هو. ٿوري وقت جي اهڙي مشق کان پوءِ هو ڳالهائڻ واري ماڻهو سان اک اک ۾ ملائي گفتگو ڪري سگهندو هو.

مهنجو اهو مطلب به ڪونه آهي ته توهان ڳالهائڻ واري ماڻهوءَ پرسان ايترو ويجهو ويهو، جو توهان جي ساهه کڻڻ واري هوا، سندس ڇاتيءَ کي ڇهي. جيڪڏهن اوهان ڳالهائڻ واري ماڻهوءَ جي اکين ۾ گهوري ڳالهائيندا ته اڳلو ويچارو پريشان ٿي ويندو.

توهان کي پنهنجي ڌيان سان ڳالهائڻ واري جي اکين ۾ ڏسڻ کپي. توڙي جو اوهان کي اڳيئي اهو پتو هجي ته هو ڇا ٿو ڳالهائڻ چاهي. اوهان ٻڌو به ڪن ڪڙا ڪري. ڇاڪاڻ ته جڏهن اوهان سٺا مقرر ٿيندا ته ماڻهو اوهان کي ڏاڍو ساريندا. جيڪڏهن اوهان چڱي ريت ڌيان ڏئي ٻڌندا ته سٺو ڳالهائي نه سگهندا.

اوهان ڳالهائڻ کان نه ڊڄو اراسمس Erasmus جو چوڻ آهي، ”ته ماڻهو ڳالهائڻ سان تقرير ڪرڻ سکندو آهي. پاڻ ٿورو ڳالهائجي ۽ ٻئي کي ڳالهائڻ جو وڌيڪ موقعو ڏجي. وڌيڪ خراب ڳالهه اها آهي جو اڳلو ڳالهائي ۽

اوهان ڪنهن نہ ڪنهن طريقي سان بيزاريءَ جو اظهار ڪريو. اوهان کي هيءَ ڳالهہ بہ ياد رکڻ گهرجي تہ توهان ٻين کان بيزار نہ ٿيندا آهيو، پر اوهان ڇڻ پنهنجو پاڻ کان بيزار ٿي پوندا آهيو."

هن کان سواءِ ٻيون بہ ڪي اهم ڳالهيون ۽ نقطا آهن: اوهان ڳامون سچار ٿيڻ لاءِ لاهي پاهي ڳت ڏئي نہ ويهي رهو. پر ان هوندي بہ مان اهڙا ماڻهو چاهيندو آهيان جيڪي جي حضور هجڻ کان سچ چوڻ کي، وڌيڪ پسند ڪندا آهن. وليم بليڪ انهيءَ ڳالهہ کي هن طريقي سان بيان ڪيو آهي تہ، "جيڪڏهن سچ بدنيتيءَ سان چو نہ ڳالهايو وڃي پر توهان جي ايجاد ڪيل سيني ڪوڙن جا ڪنڌ ڪوري ڦٽا ڪندو آهي." ڪينہ پروري ۽ بدخواهي واري لهاڙ توڙي جو سچ بہ هوندي آهي پر توهان جي شخصيت جي تعمير ڪري ڪانہ سگهندي آهي.

توهان ۾ فيصلہ ڪرڻ جي طاقت هئڻ کپي ۽ پنهنجا اختيار بہ استعمال ڪرڻ گهرجن. ڪو وقت اهڙو بہ هوندو آهي، سچ چوڻ غير ضروري ثابت ٿيندو آهي. هڪ ڀيري منهنجي ليڪچر وقت، منهنجو عجيب قسم تعارف ڪرايو ويو هو. هڪ مقرر وقت تي بيمار ٿي پيو ۽ مون کي چيو ويو تہ آئون سندس بدران پنهنجي ڪارڪردگيءَ جو مظاهرو ڪريان. مقرر وقت تي پروگرام جي چيئرمئن ماڻهن کي ڪجهہ هن ريت ٻڌايو: معزز خواتين ۽ حضرات مون کي افسوس سان هيءَ ڳالهہ ٻڌائڻي پئجي رهي آهي تہ مسٽر ------ عين وقت تي بيمار ٿي پيو آهي. تنهن ڪري ان مسٽر فلاڻي ---- جي جاءِ تي هاڻي مسٽر هئرن لوزين پنهنجي فن جو مظاهرو ڪندو.

هن جيڪو ڪجهہ چيو سندس مطلب ائين ڪونہ هو (جيتري قدر مان سمجهان ٿو). پر بهتر ائين ٿئي ها جو هو فقط منهنجو تعارف ڪرائي ها. ان وقت ايتري صاف گو ٿيڻ جي ضرورت ڪانہ هئي. سدائين هڪ گروهي حياتي گذارڻ ڪري ماڻهو بيزار ٿي پوندو آهي، جيڪا ان گروهي طرز جي ماڻهن جي زندگي ڪانہ هوندي آهي. هتي اسان کي هڪ ٻي ڳالهہ نهايت اهم ڏسڻ ۾ اچي ٿي، اها آهي پنهنجو پاڻ کي سڃاڻڻ.

ڪي ماڻهو پنهنجي مٿن تي لئمپ شيڊ Lamp Shade اوڍي جڏهن قطارن ۾ گذرندا آهن تہ خوشيءَ کان وٺي ڪيهون ۽ چيهون ڪندا آهن. ڪي وري ڇيڪرا ڏسبا آهن ۽ ٻيا اوباسيون ڏيندا ۽ آرس ڀڃندا آهن. مون کي پڪ آهي تہ اوهان پوئين ٽولي وارن ماڻهن جهڙا ڪونہ آهيو.

دنيا ۾ ٻئي کي مشوري ڏيڻ جهڙو سولو ڪم ٻيو ڪونہ آهي. ۽ ڏکئي

۾ ڏکيو ڪم ائين نہ ڪرڻ آهي يا پاڻ ان تي عمل نہ ڪرڻ آهي.

اوهان جا دوست اوهان کي چوندا آهن تہ ڪو صلاح مشورو ڏي. گهڻو ڪري ائين ٿيندو آهي تہ اوهان کان اهڙي ڪم ڪرڻ جي صلاح مشوري وٺڻ جي ڪوشش ڪندا، جيڪو پاڻ اڳيئي شروع ڪرڻ جو سوچي چڪا هوندا آهن. جيڪڏهن اوهان سمجهو ٿا تہ ڪين صلاح ڏيڻ ضروري آهي تہ پوءِ ڪين ائين چئو تہ توهان اهو ڪم ڪريو، جيڪو اوهان سوچي چڪا آهيو. يا جيڪڏهن اوهان ڪين ڪو صلاح مشورو ڏيڻ نہ ٿا چاهيو تہ ڪين نہ ڏيو. منهنجو اندازو آهي تہ صلاح مشورو اهڙي وَٿَ آهي، جيڪا وٺڻ کان ڏيڻ ڏاڍي سولي هوندي آهي.

هن جملي چوڻ کان ڪڏهن نہ ڊڄو تہ، ”مون کي خبر ڪانہ آهي.“

مان ڪڏهن بہ اهڙن ماڻهن کي سمجهي ڪونہ سگهيو آهيان جيڪي اهڙن ڪمن ڪرڻ جون هدايتون ڏيندا آهن جن بابت ڪين ڪا ڄاڻ ئي ڪانہ هوندي آهي. انهيءَ جو بہ ڪارڻ هوندو آهي تہ ماڻهو اهو ٻڌائيندي ڦڪا ٿيندا آهن ڪين انهيءَ ڪم جي ڄاڻ ڪانہ آهي. گهڻا ڀيرا تہ مان بہ ماڻهن کان صلاح مشورا ورتا آهن. اهي وري اهڙيون هدايتون ڪندا جو جيڪڏهن آئون انهن تي عمل ڪريان ها تہ وڃي اوجهڙ ۾ پوان ها! تنهنڪري اوهان ياد ڪري ڇڏيو تہ جنهن ڪم جي اوهان کي ڪا خبر ڪانہ آهي تہ سڌو سنئون چئي ڇڏيو تہ، ”يار ان بابت مون کي ڪابہ ڄاڻ ڪانہ آهي.“

ڪن ماڻهن کي پسند نہ ڪرڻ جو ڪارڻ اهو هوندو آهي تہ اهي پنهنجي چوڌاري ڦرندڙ ماڻهن تي حڪم هلائڻ جا عادي هوندا آهن. جيڪڏهن اوهان ڪين گذارش ڪرڻ ٿا چاهيو تہ منڍ ۾ ئي هي لفظ چئو تہ: ”جيڪڏهن هن بابت مون کي مشورو ڏيندا تہ مهرباني... يا ڪين هن ريت چؤ تہ جيڪڏهن هي ڪم هن ريت ڪيو وڃي تہ ان بابت اوهان جو ڇا خيال آهي. توهان کي هن معاملي ۾ ڪنهن بہ قسم جي چنتا ڪرڻ نہ کپي. ڪنهن ماڻهوءَ لاءِ ڪم ڪرڻ جو بهتر طريقو اهو آهي، جنهن وسيلي هو دل ۾ سوچيل ڪم ڪرڻ چاهي ٿو. توهان ڪين رڳو اهو چئو تہ اهي مذڪوره ڪم پنهنجي مفاد خاطر ڪري رهيا آهن. تنهنڪري اهو ڪين سهڻي نموني سان پورو ڪرڻ گهرجي.

ڪوبہ متعين بيان نہ ڏيو. جيڪڏهن ان بابت اوهان کي ڪابہ پڪ نہ آهي تہ توهان لاءِ ڏچو پيدا ٿي سگهي ٿو. ان لاءِ ضروري آهي تہ توهان فقط ايترو لکو تہ ”مان سمجهان ٿو“ يا لکو تہ ”منهنجو نقطئہ نظر هي آهي تہ.“

"يا مان هن ڳالهہ ۾ اوهان سان متفق ڪونہ آهيان...." جيڪڏهن اوهان ائين ڪندا تہ اڳتي هلي اوهان ڪٿي بہ ٻجي ڪونہ ٿيندا. توڙي جو اوهان کي پڪ بہ هجي تہ جيڪو ڪجهہ اوهان چئي رهيا آهيو، سو بلڪل سچ آهي، پر پوءِ بہ اوهان متي بيان ڪيل جملا چئي ڇڏيو. ساموئيل ٽيلر هن لاءِ ڪيترو نہ صحيح چيو آهي تہ، "پاڻ کي سدائين صحيح سمجهڻ وڏي غلطي هوندي آهي."

جيڪڏهن اوهان کي دوست سان ملڻ مهل هن جملي، "اي يار ڪٿي آهين." جي عادت هوندي تہ اڳلو اوهان کي ضرور پسند ڪندو. پر جيڪڏهن ڪيس چوندا تہ، "يار ڏس آئون اچي ويو آهيان." تہ دوست ڪجهہ ٻيو محسوس ڪندو. جيڪڏهن اوهان دوست کي چوندا تہ "يار ڏي ڪي حال احوال" تہ هو خوش ٿي ويندو. پر جيڪڏهن اوهان ملڻ سان پنهنجا احوال ڏيڻ شروع ڪندا تہ ڪيس بڇان لڳندي. ماڻهو هي جملو تہ چوڻ ئي ڪونہ گهرندا آهن تہ "مون کي اها خبر ڪانہ آهي." جيڪڏهن اوهان ڪين ائين چوڻ لاءِ مجبور ڪندا تہ هو گهڻو خوش ڪونہ ٿيندا.

اهڙ ڳالهہ اها آهي تہ اوهان ٻين جي دلچسپين ۾ دلچسپي وٺڻ شروع ڪريو. پر جيڪڏهن اوهان کي محسوس ٿي رهيو آهي تہ ڪو اوهان جي دلچسپين ۾ دلچسپي وٺي رهيو آهي تہ اها ڳالهہ بہ توهان جي فائدي ۾ آهي، نقصان ۾ ڪانہ آهي. مون کي خبر آهي تہ ماڻهن کي جڏهن مقابلي يا راند روند ۾ ٿورو بہ نقصان ٿيندو آهي تہ ڪين ڳڻتي ورائي ويندي. اهڙي قسم جا ماڻهو گهڻا لالچي ٿيندا آهن ۽ ان جو اظهار اهڙي طريقي سان ڪندا آهن.

جيڪڏهن ڪو ماڻهو اوهان کان بازي کٽي ٿو وڃي تہ اوهان بہ سندس خوشين ۾ شريڪ ٿيو. اوهان بہ جلد ئي ڪائنس بازي کٽي ويندا.

توهان بہ چاهيندا تہ هارائيندڙ ماڻهو اوهان جي خوشين ۾ اچي شريڪ ٿئي. هارائڻ تي گهڻي ڳڻتي ڪرڻ ۽ سدائين ڪرڪڻ واري ماڻهوءَ کي ڪير بہ پسند ڪونہ ڪندو آهي. اوهان پنهنجي پيچي (مقابلي ڪرڻ واري) جي تعريف ڪريو. اهو ڏسي ماڻهو اوهان کي پسند ڪرڻ ۽ عزت ڏيڻ شروع ڪندا. مارڪ ٽئين جو چوڻ آهي تہ، "بااخلاق گهر جا فرد اهي ڳالهيون لڪائيندا آهن تہ پاڻ بابت هو ڪيترو گهڻو سوچي ويچاري رهيا آهن ۽ ٻين بابت ڪين ڪيترو ٿورو فڪر آهي."

گهڻي ڄاڻ اوهان جي مدد ڪندي آهي.

اوهان جي مجموعي شخصيت اوهان جي ڄاڻ تي مدار رکي ٿي. جيڪڏهن

اوهان دنيا جي هر معاملي بابت پوري ريت علم رکندا هوندا تہ اوهان جي شخصيت وڏيڪ مانَ مرجاتا لائق بڻجي ويندي. ڇا اوهان جو دماغ ڏهاڙي سوچڻ ۽ فڪر ڪرڻ جو عادي آهي؟ ڇا توهان ڪن شين بابت منطقي طور سوچي ويچاري سگهندا آهيو؟ توهان ڪڏهن نوتيفڪيشن کي افسانوي ادب جيان پڙهندا آهيو؟ اوهان ڪڏهن وقت ڪڍي بهترين موسيقي ٻڌڻ جي ڪوشش ڪئي آهي يا ڪڏهن اهم ليڪچر ٻڌا آهن؟ ڇا اوهان کي فن ۽ ڪلا بابت ٿوري ٿڪي ڄاڻ آهي؟ جيڪڏهن اوهان ڄاڻو شخصيت بڻجڻ ٿا چاهيو تہ انهيءَ سيني سوالن جا جواب "ها" ۾ هئڻ کپن.

اسان سيني ۾ ڪانہ ڪا اهليت هوندي آهي ۽ هرهڪ کي پنهنجي حيثيت مطابق ڄاڻ بہ هوندي آهي. اوهان پنهنجي انهيءَ اهليت بابت ڪڏهن بہ ڳالهائي ڪونہ سگهندا آهيو يا انهن ماڻهن جي سنگت ۾ بہ سدا رهي ڪونہ سگهندا آهيو، جيڪي ان وديا (علم) جي ڪيتر جا مها ڄاڻو هوندا آهن. تنهنڪري اوهان ڄاڪوڙ ڪري ڄاڻ ۽ علم کي وسيع ڪريو. توهان ڪنهن سان گفتگو انهيءَ لاءِ ڪري ڪونہ سگهندا آهيو ڇاڪاڻ تہ زير بحث موضوع بابت اوهان ڪجهہ بہ ڪونہ ڄاڻندا آهيو.

توهان هيٺ ڏنل سوالن جا جواب ڏئي سگهو ٿا؟ ڪوشش ڪري ڏسو.

1. سنہ 1959ع جي ورلڊ سيريز ۾ ڪهڙي ٽيم کٽيو هو؟
2. خورشخوف کان اڳ روس جو وزيراعظم ڪير هو؟
3. هڪ عورت ڪاسائي جي هٽ تي وئي آهي. هو ڪائونٽر تي گوشت ڏسي ٿي ۽ ماٽ ڪري پنهنجي ٿيلهي ۾ وجهي ڇڏي ٿي، جنهن جي قيمت 25 شلنگ آهي. ان کان پوءِ هوءَ ٻيو گوشت خريد ڪري ٿي، جنهن جي قيمت 19 شلنگ آهي ۽ ڪاسائي کيس ڏنل رقم مان 6 شلنگ واپس ڪري ٿو. هوءَ اهو گوشت بہ ٿيلهي ۾ وجهي ٻاهر پهچي ٿي تہ چوري واري گوشت بابت کيس ضمير ڪائي ٿو. ٻڌايو تہ هوءَ ڪاسائي کي ڪيتري رقم ادا ڪري ٿي؟
4. براڊ وي ۾ Miracle Worker ۽ Two for the Seesaw فلمون ڪنهن شروع ڪيون هيون؟
5. The Satatus Seekers افسانوي ادب آهي يا غير افسانوي؟
6. Rhapsody Blue ڪنهن ٺاهي هئي؟
7. توهان اهڙيون رياستون ٻڌائي سگهو ٿا جن جون سرحدون ڪنساس سان ملنديون آهن؟

8. چا Scrabble ڪنهن ڪاڌي جي شيءِ، راند، ڪار يا ڪنهن فلم جو نالو آهي؟
9. سمجهو تہ هڪ ٽانو ۾ Fleas جيت هڪ سيڪنڊ ۾ ٻيڻا ٿي وڃن ٿا سندن تعداد ہہ آهي هڪ سيڪنڊ ۾ چار ٻئي سيڪنڊ ۾ 8 ۽ ٽئين سيڪنڊ ۾ 16 ٿي وڃن ٿا. 51 سيڪنڊن کان پوءِ اهو ٽانو اڌ ٿي وڃي ٿو تہ ان ٽانو کي پوري ڀرجڻ ۾ گهڻا سيڪنڊ لڳندا؟
10. ماڻهوءَ جي ڪن جي پاپڙين مان معلوم ڪري سگهبو آهي تہ هُو ايماندار آهي يا نہ. ڇا اها حقيقت آهي يا ڪوڙ؟
11. هئري ٽرومئن جڏهن پهريون صدارتي چونڊ وڙهيو تہ ان جي مقابلي ۾ ڪهڙو ماڻهو هو؟
12. جڏهن هڪ ڀيرو ڪنهن جي تجارت ڄمي وڃي پوءِ ڪمپنيءَ کي پنهنجي مشهوريءَ لاءِ اشتهارن جي ضرورت ڪانہ هوندي آهي. هيءَ ڳالهہ سچي آهي يا ڪوڙي؟
13. اوريگانو Oregano نالي ٻوٽي ڪهڙي ڪم ايندي آهي؟
14. ڊوڙي ۽ تيز ڪم ڪندڙ پورهيتن مان وڌيڪ صحيح ڪير آهي؟
15. گهوڙي تي سوار ٿي ڍڳي کي نيزي هڻندڙ ماڻهو جو نالو ڇا آهي؟ مٽاڊور Matadoor، ٽوريڊر Torredor، بئنڊريلو Banderillo، پڪاڊور Picador.
16 ٽئي پوڻ جو وڌيڪ امڪان لوهہ ۾ هوندو آهي يا رُڪَ ۾؟
17. رياست هاءِ متحده آمريڪا جي انهن صدرن جا نالا ٻڌائي سگهندا جن جي نالن جا شروعات اکر هي آهن. S, A, T, L, C, V, R, E.
18. "Blue Boy" ڪنهن جي چترڪاري Painting آهي؟
19. Crime and Punishment ۽ Brother Karamozov جو مصنف ڪير آهي؟
20. وڌيڪ سنو هٽ آهي، "Straight Flusgh" يا "Full Home".
21. مئريلئنڊ جي راڄڌاني شهر جو نالو ڇا آهي؟ ائناپولوس Annapolis، بالٽيمور Baltimore هيوري ڊي گريس Havere De Grace يا چيوي چيز Cherry Chase؟

مٿي ڏنل گهڻا سوال عام واقفيت General Knowledge سان تعلق رکن ٿا ۽ ڪن ٿورن جو لاڳاپو منطق سان آهي جن جو تعلق ذهني عملي مشق سان هوندو آهي. هنن سوالن جا جواب اوهان ڪهڙي نموني ڏئي سگهو ٿا. اسان مان ڪيترا ڪئنز مقابلن ۾ حصو وٺندا هوندا، سي اندازو ڪري سگهندا تہ انهن ڪيترن سوالن جا صحيح جواب ڏنا هوندا. جيڪڏهن

اوهان کي پنهنجي سوالن جي صحيح جوابن جو پتو ڪونہ آهي تہ اهڙا جواب هيٺ ڏجن ٿا.

1. لاس اينجلس ڊاجرس Loss Angeles Dodgers.
2. مئلنڪوف Malenkov.
3. چورايل گوشت جو ملهہ 25 شلنگ.
4. ائن نئنڪروفٽ Ann Bancroft.
5. غير افسانوي Non fiction.
6. جارج گيرشون George Gershwin.
7. مسوري Missouri، اوڪلا هوما Okla Homa، نيبراسڪا Nebraska، ڪولو رئڊو Colorado.
8. راند.
9. فقط هڪ مني سيڪنڊ يعني سيڪنڊ جي ٻاونجاهين حصي ۾ اهو ٿانو ڀرجي ويندو.
10. ڪوڙ.
11. ٿامس ڊيووي Thomas Dewey
12. ڪوڙي.
13. رڏبچاءُ ۾ ڪم ايندي آهي.
14. تيز ڪم ڪندڙ مزدور.
15. پڪاڊور Picador.
16. هائو.
17. آڊمس Adams، ٽافٽ Taft، لنڪولن Lincoln ڪولج Coolidge، وئن بورين Van Buren، روزويلٽ Roosevelt، ايزنهاور Eisenhower.
18. گئنس بورو Gainsborough.
19. فيو ڊور دوسٽو وسڪي Fyodor Dostoye Vasky.
20. Straight flush
21. ائناپولس.

جيڪڏهن اوهان جا هتي ۾ ڇهہ يا وڌيڪ جواب غلط آهن تہ توهان کي وڌيڪ مطالعو ڪرڻ گهرجي ۽ مختلف قسم جي موضوع تي بحث مباحثو ڪرڻ کپي.

وڌيڪ متاثر ڪندڙ شخصيت عام ماڻهن سان ملڻ وڌيڪ پسند ڪندي آهي. مان گهڻو ڪري اهڙيون خبرون پڙهندو رهندو آهيان تہ اڪثر

ڪري اهڙن ماڻهن کي ملازمت کان جواب ملندو آهي، يا نوڪري ۾ گهٽو هلي ڪونہ سگهندا آهن يا نوڪريون ڇڏي هليا ويندا آهن. جيڪي پنهنجي طبعيت مطابق هلي ڪونہ ڇاڻن يا ٻين ماڻهن سان رلڻ ملڻ کان نٽائيندا آهن ۽ نوڪري ڇڏڻ يا ڇڏائڻ جو ڪارڻ اهو ڪونہ هوندو آهي تہ اهي ڪم ڪري ڪونہ ٿا ڄاڻن.

مان ڊانيل فروهمين Daniel Frohmain جي هن قول بيان ڪرڻ سان پنهنجي موضوع تي بحث ڪرڻ بند ڪريان ٿو تہ، ”ماڻهن سان ملڻ جو اڄ راز اهو هوندو آهي تہ ماڻهن جا خيال ٻڌجن ۽ اڄ راز اهو آهي تہ ان ماڻهوءَ ۾ سَهَپَ جي سگهہ هجي.“

باب ارڙهون

عوامي ماهر مقرر کهڙي طريقي سان ٿي سگهجي ٿو بنا ڪنهن هٻڪ جي تقرير ڪيئن ڪجي؟

ٽيهري جي ماني ۽ کان پوءِ هڪ ڏنل مقرر جو تعارف ڪرايو ويو. هو مائڪرو فون پرسان آيو ۽ هٻڪندي هٻڪندي پنهنجي تقرير شروع ڪيائين. چوڻ لڳو: منهنجا د... د... دوستو جڏهن مان شام جو هہ... هہ... تي پهتس ته خدا ڪي خ... خبر هئي ته مان ا... ا... لائي چا ڳالهائيندس ۽ هہ... هہ... هاڻي به خدا ٿو ڄ... ڄ... چاڻي ته مہ... مہ... مون کي الائي ڇا چوڻو آهي.

اهو فيصلو ڪيو ويو هو ته عوام سان مخاطب ٿيڻ جي موضوع تي پڻ هن ڪتاب ۾ بحث ڪيو وڃي. مان سمجهان ٿو ته اوهان به ضرور اهو سوچيندا هوندا ته متاثر ڪندڙ شخصيت جي پڻ هڪ خوبي آهي. جيڪڏهن اوهان ماڻهن کي خطاب ڪرڻ ٿا چاهيو ته ڪتاب جو هي باب پڙهڻ اوهان لاءِ نهايت ضروري آهي.

جيتري قدر تقرير ڪرڻ جي ڊپ جو تعلق آهي ته مان اوهان جي هن ڳالهه کان سواءِ ٻي مدد ڪري ڪو نه ٿو سگهان ته توهان کي فقط ان مهل تقرير ڪرڻ گهرجي، جڏهن اوهان کي خبر هجي ته موضوع ڇا آهي؟ توهان پنهنجي ذهن ۾ هيءَ ڳالهه سوچي رکو ته سامعين مان ڪو ماڻهو ان موضوع تي اوهان کان به وڌيڪ ڄاڻ رکندو هوندو. جيڪو اسٽيج تي ويهي تقرير ڪري رهيو آهي ۽ اوهان ماٺ ڪيو ان جي تقرير ٻڌي رهيا آهيو.

جيڪڏهن اوهان ڪنهن موضوع تي ڳالهائڻ لائق ته آهيو. پر اوهان کي ان جي ڄاڻ ٿوري آهي ۽ اوهان تقرير ڪرن کان هٽرائي رهيا آهيو، انهي ڏجڻ ڪري مان اوهان تي ڪنهن به قسم جو الزام ڪونه مڙهيندس. توهان کي ڪڏهن به هٽرڻ يا ڏجڻ نه گهرجي.

پر جيڪڏهن اوهان ڪنهن شيءِ ڪي بار بار ورجائي رهيا آهيو تہ مان انهيءَ لاءِ فقط ايترو چوندس تہ جيڪڏهن اوهان پنهنجو پاڻ ۾ دلچسپي نہ ٿا وٺو تہ ائين ڪرڻ اوهان ڪي جڳائي ٿو يا نہ. يا سامعين اوهان بابت ڪهڙو تاثر قائم ڪندا يا هو توهان ڪي پسند ڪندا يا نہ! اوهان هن قسم جو سوچڻ ڇڏي ڏيو. پوءِ ڏسو تہ اوهان ڪڏهن بہ تقرير ڪرڻ کان ڪونہ گهبرائيندا. توهان پنهنجي باري ۾ ڪُوبہ فڪر نہ ڪريو. ماڻهو اوهان جي تقرير ٻڌندا ۽ وڏ ۾ وڏ ڪٿي اهڙو تبصرو ڪندا تہ. "هو پنهنجي نقطئہ نظر ۾ بلڪل صحيح هو." يا وري ڪو چوندو تہ. "مان سائنس سهمت ڪونہ آهيان." ان کان وڌيڪ ڪير ڪجهہ بہ ڪونہ چوندو ۽ قصو ختم. اسان مان گهٽا ماڻهو ڪنهن جي اهميت ڪي وڌائي چاڙهي پيش ڪندا آهن. جيڪي ايڏيون گهٽيون اهم ڪونہ هونديون آهن.

اوهان ڪيتري بہ ڏکهي تقرير ڪري سگهو ٿا.

منهنجي نقطئہ نظر مطابق تقرير ۾ وقت ڪي گهٽي اهميت ڏني ويندي آهي. توهان ڪي تقرير ڪرڻ مان ڏپ انهي ڪري لڳندو آهي تہ متان ٻڌندڙ بيزار ٿي پوندا. انهيءَ ڏپ متان سوپ حاصل ڪرڻ لاءِ اوهان گهٽي وقت تائين ڳالهائيندا رهو. مان پنهنجي زندگيءَ ۾ ڪيتريون ڏکهيون تقريرون ٻڌيون آهن. اهڙيون تقريرون ڪي ڪمپنيون ڪرائينديون آهن. خيراتي ادارا پئسن گڏ ڪرائڻ لاءِ تقريرون ڪرائيندا آهن. رئلي ڪيڏڻ مهل بہ اهڙيون ڏکهيون تقريرون ٿينديون آهن. ان کان سواءِ مذهبي تقريبن ۾ ڏکهين تقريرن ڪرڻ جو رواج هوندو آهي. مون ڏٺو آهي تہ انهن مان 70% تقريرون نهايت ڏکهيون هونديون آهن.

هن ڏوهہ جا وڏا ۽ عادي مجرم اهي ماڻهو هوندا آهن. جيڪي سامعين آڏو تقرير ڪرڻ وارن جو تعارف پيش ڪندا آهن. ڪڏهن تہ تعارفي تقرير مقرر جي اصلي تقرير کان بہ گهٽي ڏکهي ٿي ويندي آهي. جيڪڏهن تقرير ٻڌڻ وارا ماڻهو سندس نالي کان چڱيءَ ريت واقف هوندا آهن تہ تعريفي تقرير نهايت مختصر هوندي آهي ۽ اهڙي مقرر جو فقط نالو ڪنيو ويندو آهي.

مقرر لاءِ هڪ مثال ڏيڻ ڪافي ٿيندو. مان سمجهان ٿو تہ توهان پاڻ بہ ڪڏهن ٻڌندڙ جي حيثيت ۾ اهڙن موقعن تي شريڪ ٿيا هوندا ۽ ڏٺو هوندو تہ جيڪڏهن تقرير ڪرڻ وارو ايڏو مشهور معروف ماڻهو نہ هوندو آهي تہ تعارف پيش ڪرڻ وارو سندس لياقت ڪي ساراهيندو آهي ۽ اهڙيون

جامع ۽ مختصر ڳالهيون تڙ تڪڙ ۾ ڪري ختم ڪندو آهي. باقي ٻيو سڀ تقرير ڪرڻ واري تي ڇڏي ڏيندو آهي. توهان آواز جي طلسم ۾ ڪڏهن به نه ڦاسجو.

سڀ ڪان ڏکيو ڪم اهو هوندو آهي، پنهنجي تقرير کي مقرر وقت ۾ پورو ڪرڻو پوندو آهي. توهان کي ڪوشش ڪرڻي پوندي ته جيئن توهان جي تقرير مقرر وقت تي پوري ٿئي، نه ته اوهان بابت ٻڌندڙ تي سٺو اثر ڪونه پوندو. ڪيترن جلسن ۾ هر تقرير ڪرڻ کي وقت مقرر ڪري ڏنو ويندو آهي ۽ ڪيس ان کان وڌيڪ ڳالهائڻو ڪونه هوندو آهي. ڪيس خبر اڳيئي هوندي آهي ته هن کي ڳالهائڻ لاءِ ڪيترو وقت مليل آهي. ان هوندي به ڪيترا ماڻهو مليل ڪجهه وڌيڪ وٺي ويندا آهن. سندن خيال هوندو آهي ته هنن جي ڳالهه نهايت اهم آهي. جلسي جا منتظمين به سندس ڳالهه تي ويساهه ڪري هن کي وڌيڪ ڳالهائڻ جي موڪل ڏيندا آهن. اهڙيءَ طرح مقرر وقت واري اصول کي نهوڙي ناس ڪيو ويندو آهي. ان وقت ٻڌندڙ ويچارا هر هر پنهنجي گهڙي ڏسندا آهن ته تقرير لاءِ مقرر وقت ختم ٿي ويو آهي ڳالهائڻ وارو اڃا به بس ڪرڻ جي موڊ ۾ ڪونه آهي. اهو سمجهڻ ته سامعين تقرير کي ڏاڍي ڌيان سان ٻڌي رهيا آهن، يا تقرير ٻڌي ڏاڍا خوش ٿي رهيا آهن، سا بلڪل غلط ڳالهه آهي.

تقرير ڪرڻ وقت هن اصول جي سختيءَ سان پابندي ڪرڻي آهي ته، ”اٿي بيهه-- تقرير شروع-- تقرير بند ڪر.“ يعني اٿي تقرير ڪريو. پنهنجو نقطئه نظر وڌ کان وڌ سمجهائڻ جي ڪوشش ڪريو ۽ وقت گذرڻ شرط هڪدم پنهنجي تقرير ختم ڪري پنهنجي جاءِ وڃي سنڀاليو. اسان کي هتي اهڙو طريقئه ڪار استعمال ڪرڻو آهي، جيڪو آفريڪي قبائلي ڪم آڻيندا آهن. آفريڪا ۾ اهو دستور آهي ته، تقرير ڪرڻ دوران هر مقرر کي هڪ ٽنگ تي بيهڻو پئجي ويندو آهي. پر جنهن وقت سندس ٽنگ ڌرتيءَ تي ڪپندي آهي ته ڪيس پنهنجي تقرير ختم ڪرڻي پوندي آهي. پوءِ اهو جملو ڪٿي اڌ ۾ ڇو نه هجي.

هڪ دعوت ۾ وِل راجرس Will Ragers توسٽ ماسٽر (Toast Master) (يعني سرڪاري دعوت ۾ جام- صحت تجويز ڪرڻ وارو) هو ۽ هتي هر مقرر لاءِ ڏهه منٽ رکيل هئا جن ۾ ڪيس پنهنجي تقرير ختم ڪرڻي هئي. هڪ ماڻهو پوري هڪ ڪلاڪ تائين ڳالهائيندو رهيو. هن پنهنجي ڊگهيءَ تقرير جي آخر ۾ ول راجرس کي چيو ته، ”سائين! معاف ڪندا مان پنهنجي

گهڙي گهر وساري آيو آهيان." تنهن تي ول راجرس اسٽيج تي ويهي، ڪيس چيو ته، "ڪو فڪر نه ڪريو، اوهان جي پٺين پاسي، پرسان ڪئلينڊر رکيو آهي."

تقرير تيار ڪيئن ڪجي ۽ ڪهڙيءَ ريت ڳالهائجي؟

جيتري قدر تقرير جو تعلق آهي ته ان باري ۾ منهنجو خيال آهي ته اها لفظ به لفظ ياد ڪرڻ نه گهرجي. جيڪڏهن تقرير هلندي اوهان کي هڪ لفظ وسري ويو ته پوءِ اوهان هون ۽ هان شروع ڪري ڏيندئو. پر جيڪڏهن اوهان کان پنهنجي تقرير جو هڪ فقرو نه به وسريو ته به ماڻهو سمجهي ويندا ته توهان تقرير ياد ڪري آيا آهيو.

توهان پنهنجي تقرير ڏسي به پڙهندا آهيو. توهان جي اهڙي ڳالهه ٻڌندڙن جي خيالن کي هيڏي هوڏي ڪري ڇڏيندي آهي. اوهان پنهنجي تقرير جا نقل به سامعين ۾ ورهائيندا آهيو ته جيئن هو واندڪائي ويل انهن جو مطالعو ڪن. انهي ڪري ڪجهه وقت بچي پوندو آهي. تقرير ڏسي پڙهڻ سان اوهان جو اهو وقار ڪونه رهندو ۽ اهڙي ڳالهه اوهان لاءِ سٺي ثابت ڪانه ٿيندي.

توهان جي ائين ڪرڻ سان ساري ڪمائي ڪَرِچل تي ويندي. پر جيڪڏهن اوهان پهريائين غور، فڪر ۽ تياريءَ بنا في البديهه تقرير ڪندا ته اوهان جي ڳالهه ٻيهي ويندي ۽ هر ٻڌندڙ اوهان جي تعريف ڪندو. پر اوهان ماٺ ڪري ويهي نه رهو مڪمل في البديهه تقريرون ڪڏهن ٻڌيون آهن. تقرير ڪرڻ واري جي ذهن ۾ ڪي نقطا هوندا آهن، جن کي ڪجهه وِستار ۽ وضاحت سان سامعين کي ٻڌائڻ جي ڪوشش ڪندو آهي، پر جيڪڏهن مقرر ڪابه تياري نه ڪندو ته سندس ذهن ۾ آيل ڪيترا نقطا ڪانئس وسري ويندا. ائين ڪرڻ سان سندس ساک کي ڇيهو رسندو.

توهان جي تقرير کي تيار ڪرڻ جو بهتر طريقو اهو آهي ته توهان جي خيالن ۾ هڪ سلسلو هجڻ کپي ۽ ائين لڙهي پويل هجي جيئن مالا ۾ موتي ڇٽيل هوندا آهن ۽ اهي توهان جي ساري تقرير جا نوٽس هوندا. جيڪڏهن تقرير جي تياري انهيءَ طريقي سان ڪندا ته اوهان کي لفظ به لفظ تقرير ياد ڪرڻ جي ضرورت محسوس ڪانه ٿيندي، پر پوءِ به هن کي في البديهه تقرير سڏي ڪونه ٿو سگهجي.

اها فقط اوهان کي خبر هوندي آهي ته اوهان پنهنجي خيال جو اظهار ڪهڙي طريقي سان ڪرڻ چاهيو ٿا ۽ ڪهڙي خيال کي ابتدا ۾ بيان ڪرڻ

چاهيو ٿا. پر تقرير ڪرڻ کان اڳ اوهان تيار ڪيل پنهنجي نوٽس کي ضرور ڏسي وٺو ۽ هڪ نقطي جي اظهار کان پوءِ جڏهن ٻئي خيال جو اظهار ڪريو ته پوءِ نوٽس تي اک ڦيرائي وٺو. اهڙيءَ ريت هڪ هڪ نقطي کي بيان ڪندا وڃي تقرير جي اختتام تي پهچو. هڪ نقطي کي خبرداري سان تيار ڪرڻ گهرجي ته، "اوهان تقرير جي اختتام ۽ نتيجي بابت صاف هجو. هيءَ ڳالهه به ڌيان ۾ ضرور هئڻ کپي ته تقرير مقرر وقت اندر ختم ڪرڻي آهي ۽ انهيءَ دوران پنهنجي خيالن جو باضابطه اظهار ڪرڻو آهي.

اوهان جي تقرير جي اختتام وارو حصو نهايت اهم هوندو آهي. اوهان جا سامعين به تقرير جي ان حصي کي ياد ڪندا آهن. ڇاڪاڻ ته توهان جي ڪيل تقرير جو اهو آخري حصو هوندو آهي. جيڪڏهن اوهان پنهنجي تقرير جي اختتامي حصي ۾ هڪ جاندار ڳالهه ڪري اوهان پنهنجي تقرير ختم ٿا ڪريو ته تمام بهتر ٿيندو. جيڪڏهن ائين نه ٿا ڪري سگهو ته هڪ اهم نقطي کي پڇاڙيءَ ۾ رکو ۽ ان جو بيان به نهايت سهڻي انداز ۾ هئڻ کپي ۽ ٻڌندڙن کي به خبر پئجي وڃي ته توهان تقرير ختم ڪرڻ وارا آهيو.

منهنجو ويساهه هميشه اهو رهيو آهي ته تقرير روايتي هجي يا غير روايتي پر اها ٻڌندڙن کي سٺي لڳڻ کپي. منهنجو مطلب اهو هرگز نه آهي ته اوهان هڪ مسخري جو ڪردار ادا ڪريو. جيڪڏهن اوهان کين ڀوڳ چرچا ۽ ٽوٽڪا ٻڌائي نه ٿا سگهو ته نه ٻڌايو. پر اوهان جي تقرير جو انداز ڪجهه مزاحيه هئڻ کپي. اهو ضروري هوندو آهي ته سامعين ڪڏهن مرڪن يا ڪڏهن ٽهڪ ڏئي کلن ائين ڪرڻ سان هو اوهان جي تقرير جي ڳنڀير حصي ڏانهن وڌيڪ خيال ڏيئي سگهندا.

تقرير واري پليٽ فارم تي مقرر کي ڪهڙي ريت هئڻ کپي.

اصلي تقرير کان سواءِ هڪ ٻي به اهم ڳالهه آهي ته توهان تقرير ڪهڙي انداز ۾ ڪري رهيا آهيو ۽ ان جو سامعين تي ڪهڙو اثر ٿي رهيو آهي. هن باري ۾ منهنجو مشورو اهو آهي ته اوهان جو ان وقت سياءُ بلڪل فطري هئڻ کپي ۽ جيترو وڌيڪ فطري هوندو ايترو وڌيڪ ڀلو. اوهان ليڪٽرن Lactern وٽ بيهي جڏهن تقرير ڪريو ته سيٽجي يا آڪڙجي نه بيهو. ڪڏهن ڪڏهن ٿوري چرپر ۽ اشارا به ڪريو. انهيءَ لاءِ ته جيئن ٻڌندڙ جون اکيون به هيڏي هوڏي ڦرنديون رهن.

تقرير دوران اوهان جو آواز هڪ ڪرو نه هئڻ کپي، پر ڪن لفظن کي

زور ڏئي بيان ڪيو وڃي. جيڪڏهن اوهان پنهنجي ٻڌندڙن کي اکين ڦيرائڻ، مرڪڻ، ٺهڪ ڏئي کلڻ ۽ توهان جي تقرير ۾ ڪڏهن آواز جي شدت ۽ ڪڏهن نرمي ٻڌڻ جو موقعو نه ملندو ته هو پاڻ بيچينيءَ جو مظاهرو ڪندي پاسا پيا بدلائيندا. پاڻ ۾ ڳالهائڻ ۽ کنگهڻ کڙڪڻ شروع ڪري ڏيندا ۽ توهان جي تقرير ۾ دلچسپي وٺڻ ڇڏي ڏيندا.

تقرير ڪرڻ کان اڳ گهبرائڻ جي ضرورت ڪانه آهي. گهٽو ڪري ائين ٿيندو آهي ته ڪيترا مقرر ڳالهائڻ کان اڳ گهٽو پريشان هوندا آهن. بهترين ۽ تجربيڪار مقررن سان به ساڳي ويڌن آهي. سامعين جي سامهون اچي بيهڻ کان اڳ جيڪڏهن مقرر ٿورو گهٽو نه گهبرائيندو يا پريشان نه ٿيندو ته هڪ ڪوٽ ۽ ڪمي محسوس ٿيندي. پر تقرير شروع ڪرڻ کان پوءِ اها گهبراهٽ ۽ پريشاني دور ٿي ويندي.

گهٽا مقرر هيءَ اٽڪل ڪندا آهن ته تقرير دوران سامعين مان هڪ ڄڻي جي اکين سان اکيون ملائي تجربو ڪندا آهن ۽ سمجهندا آهن ته هي فقط هڪ ماڻهو آهي، جنهن جي سامهون هو تقرير ڪري رهيو آهي. هيءُ هڪ سٺو نڪتو آهي. ائين ڪرڻ سان هو هرهڪ ماڻهو ڏانهن واجهائڻ ۽ تقرير لاءِ ورتل نوٽس ڏانهن هر هر نهارڻ کان بچي پوندو. جيڪڏهن اوهان چاهيو ته تقرير لاءِ ڏاهيل نوٽس ڪتب نه به آڻيو. مان اوهان کي ٻڌائي آيو آهيان ته اهو ڪهڙي ريت ڪري سگهجي ٿو. اوهان تقرير ۾ جن خيالن جو اظهار ڪرڻ چاهيو ٿا، تن کي هڪ سلسلي ۾ دماغ اندر محفوظ ڪريو. (وڌيڪ لاءِ ڏسو هن ڪتاب جو باب 15).

توهان جي تقرير مختصر ۽ بامقصد هئڻ کپي. ان ۾ طنز مزاح به شامل هئڻ کپي. پر اها تسلسل کان ٻاهر نه هجي. ان کان پوءِ اوهان کي هڪ متعين اختتام تي پهچڻو آهي. اوهان جي تقرير جو آواز هڪ ساريکو نه هئڻ کپي. اوهان کي تقرير دواران بلڪل بااعتماد ٿي ڳالهائڻ کپي ۽ اوهان جون نظرون سامعين ڏانهن هئڻ گهرجن جيڪڏهن اوهان ڪٿي ساهه کڻڻ چاهيو ته ٺيڪ آهي. ڪٿي بنا ساهه کڻڻ جي تقرير ۾ ڇتڪي پوڻ به سٺو ڪونه آهي. ڪنهن خاص نڪتي وٽ پهچي ساهه کڻڻ ڏاڍو اثرائتو سمجهيو ويندو آهي.

هِن کان سواءِ ڪي ٻيا به نڪتا آهن، جيڪي توڙيجو واضح به آهن. پر اچرج جهڙي ڳالهه اها آهي جو گهٽا مقرر انهن ڏانهن ڌيان ئي ڪونه ڏيندا آهن. جڏهن ننڍن ۽ سادن لفظن ۽ جملن وسيلي اوهان پنهنجو مقصد آسانيءَ سان سمجهائي سگهو ته ڊگهن ۽ پيچيده لفظن ۽ جملن کي ورجائڻ جي

ضرورت ڪانہ آهي. ڪن ٽيڪنيڪل لفظن ۽ جملن جو استعمال نهايت سوچي سمجهي ڪرڻ گهرجي. جيڪڏهن ائين نہ ڪبو تہ عام ٻڌندڙ سمجهي ڪونہ سگهندو. جيڪڏهن سامعين ساڳئي ڏنڌي سان لاڳاپيل آهن تہ اهڙو استعمال خراب ڪونہ آهي. جيڪڏهن اوهان عام ٻڌندڙ آڏو ڳالهائي رهيا آهيو تہ اهڙن ٽيڪنيڪل لفظن ۽ جملن کي سمجهائڻ ضروري آهي، انهيءَ لاءِ جيئن عام سامعين بہ چڱيءَ ريت سمجهي سگهن.

نهايت اهم ڳالهہ هيءَ بہ آهي تہ سامعين کي سمجهائڻ جو سولو ۽ صحيح طريقو اهو آهي تہ پنهنجي ڄاڻ ۽ علم کي نظر ۾ رکندي، اوهان کي عام ٻڌندڙ جي سُڌ ٻڌ کي آڏو رکي تقرير ڪرڻي آهي. اوهان جيڪڏهن پنهنجي علمي ڄاڻ مطابق ڪا مشابهت يا ڪو استدلال بيان ڪندا تہ عام ٻڌندڙ ويچارو منجهي پوندو ۽ اهو سمجهڻ لاءِ اوهان جي ٻئي نڪتي ڏانهن پيو واجهائيندو. اوهان جي اها تقرير ائين ٿي پوندي ڄڻ تہ اوهان ڪنهن خاص فرد سان مخاطب آهيو.

جڏهن اوهان تقرير ڪرڻ لاءِ مقرر جڳهہ وٽ پهچو تہ هڪدم تقرير شروع ڪري ڏيو. توهان ڪيترن سڀني ڪري هن ريت نہ ٺا چئي سگهو تہ، مون کي شرم محسوس ٿي رهيو آهي" يا "مان هن کان اڳ ڪڏهن تقرير ڪانہ ڪئي آهي" يا "مان سٺي تقرير ڪري ڪونہ سگهندو آهيان" يا "سمجهان ٿو تہ توهان کي هڪ چرٻي جيان لڳندو هوندس" وغيره.

اوهان منهنجي هيءَ ڳالهہ بہ ضرور ذهن ۾ رکو تہ جيڪڏهن اوهان مٿي بيان ڪيل اعتراض ٻڌائي پوءِ تقرير ڪرڻ شروع ڪندا تہ توهان کان تقرير ڪرڻ وارا نڪتائي ياد وسري ويندا ۽ ڪجهہ بہ ڳالهائي ڪونہ سگهندا. ٿامس بئلي آلڊرڪ Thomas Baily Alcrich جو چوڻ آهي تہ، "جن ماڻهن اڳتي وڌڻ جي جاکوڙ نہ ڪئي آهي، سي ضرور ناڪام ٿيندا." پڪ سمجهو تہ ائين ڪرڻ سان اوهان مقبول عام مقرر ثابت ٿي ڪونہ سگهندا. پر جيڪڏهن اوهان ڪنهن شيءَ لاءِ ڪوشش ئي ڪونہ ڪندا تہ ان کان واقف ٿي بہ ڪونہ سگهندا. ماڻهو ناڪاميءَ جي ڊپ کان ڪنهن نئين شيءَ کي هٿ لائڻ کان ڇرڪندا آهن. هن دنيا ۾ نين شين کي منهن ڏيڻ کان سواءِ زندهہ رهي نٿو سگهجي. ڪڏهن ڪڏهن ماڻهو کي نئين شين سان ضرور واسطو پوندو آهي. جيڪڏهن اوهان ڪنهن نئين شيءَ کي هٿ نہ لائيندا تہ ان ۾ ناڪام بہ ڪونہ ٿيندا. اوهان ائين نہ ڪندا تہ پڪ سمجهو تہ اڳتي وڌڻ بدران هڪ جاءِ تي بيهي ويندا ۽ هڪ جاءِ بيٺل پاڻي بہ ڪنو ٿي ويندو آهي.

جيڪڏهن اوهان ڪي تقرير ڪرڻي آهي ته ان جي ڪابه ڳڻتي نه ڪريو، پر هن باب ۾ جيڪي صلاحون مشورا ڏنا ويا آهن، تن تي پابنديءَ سان عمل ڪريو ۽ پنهنجي طرفان ڀرپور جاکوڙ ڪريو. يقين ڪريو اوهان جي ڀي تقرير ڪنهن به حالت ۾ ڀهرئين ڪان بهتر هوندي ۽ تين تقرير ڀيءَ ڪان سٺي هوندي. جيڪڏهن اوهان هن ڏس ۾ جاکوڙيندا رهندا ته ترقي ڪندا ويندا.

گهڻين تقريرن ۾ اهڙو طريقو اختيار ڪيو ويندو آهي، جيڪو هڪ شاعر ڊاڪٽر ليف چائيلڊ Leifchild پنهنجي هيٺ ڏنل شاعريءَ ۾ بيان ڪيو آهي.

”تقرير جي شروعات جهيڻي آواز ۾ ۽ آهستي آهستي ڪريو. باهم جيان، هوريان هوريان تي مٿي ايرندا وڃو. جڏهن اوهان ماڻهن مٿان ڇانئجي وڃو ته مزاج ۾ تڏا تي پئو. آخر ۾ ماحول ۾ گرمي پيدا ڪريو ۽ طوفان ۾ وڃي پنهنجيءَ جاءِ تي وهو.“

باب اوٺيهون

پنهنجي پريشانين تي ضابطو رکو اهو ذهني اطمينان جو راز آهي.

"اوهان پنهنجو پاڻ کي هڪ مضبوط تجوڙي بڻايو، ان جي هر حصي کي نهايت خبرداري سان جوڙيو، جڏهن اها مضبوط ترين ٿي وڃي. تہ پوءِ اوهان پنهنجون سڀ پريشانيون ان ۾ بند ڪريو. ناڪامي وارا اجايا خيال منجهس سوگها ڪريو. زهر جا اهي پيالا بہ منجهس سانڍيو جيڪي اوهان پيتا هوندا. پنهنجي دل جا ڏک سور بہ ان ۾ رکي ڇڏيو. پوءِ ان جي ٻڙَ مٿان ويهي رهو ۽ آرام سان کلو ۽ خوش ٿيو." **(برٿا آڊمس بئنڪس)**

اها تعجب جهڙي ڳالهہ ڪانہ ٿيندي جو جيڪڏهن اسان پاڻ بہ اهڙي مضبوط تجوڙي ٺاهيون! ۽ منجهس پنهنجا سيئي ڏڀ، ڏاءِ، الڪا ۽ اڏڪا وهم وسوڙا ۽ مايوسيون ويڙهي سيڙهي هڪ هڙ ۾ ٻڌي ان مضبوط تجوڙي ۾ رکي ڇڏيون؟ پر ائين ڪرڻ سان اسان غير ذميوار ٿي تہ ڪونہ ويندا سون؟ اها تہ هڪ سٺي ڳالهہ آهي، جو اسان ڪنهن ڳڻتي ڳاراٽي کان آجا هجون ۽ ڪنهن بہ شيءِ جي ڇنتا نہ هجي ۽ نہ وري ڪنهن شيءِ جي ٿيڻ ۽ نہ ٿيڻ جو هئڪتو هجي. ائين ڪرڻ سان اسان وڃي هڪ ٻيءِ انتها وٽ پهچنداسون. اڄڪلهہ جي مصروف زندگيءَ، هڪ هيجاني ڪيفيت پيدا ڪري ڇڏي آهي ۽ اهو ناگزير ٿي پيو آهي تہ اسان پنهنجي دلين اندر کي وڏيڪ شڪ شبها، خوف ۽ پريشانيون سانڍي رکون. ڊاڪٽر ٿيوڊور وئن ڊيلن Theodore Van Dllen لکيو آهي تہ، "جيڪو ماڻهو موجوده دور جي تيز رفتار زندگي جي پٺ کان ڏڇي ٿو وڃي تہ پوءِ کيس دٻاءَ ۽ ٻيهي وڃڻ مان هڪ جي چونڊ ڪرڻي پوندي."
مان سمجهان ٿو تہ اسان کي ٻين شين جيان پڻ اهڙيون ڳالهيون سکڻ کپن. جن مان خوشي ۽ مسرت ملي سگهي. ڳڻتي يا پريشاني کي ذهني جمود سڏيو ويو آهي. جيڪو مستقبل جي ڪنهن نہ ڪنهن واقعي جي ڏپ

جو رد عمل هوندو آهي، جنهن مان ڪنهن به قسم جو فائدو ڪونه ٿيندو آهي. پر جيڪڏهن اوهان ذهني ۽ جسماني طور تي مصروف رهو ٿا ته اوهان کي ڳڻتين ۾ ڳرڻ جيترو وڏيڪ وقت ڪونه ملندو. ليڪن اسان مان گهڻا ماڻهو ڳڻتين ۾ ڳرڻ جا هيراڪ ٿي ويا آهن. تنهنڪري هن مسئلي لاءِ مان ٿوري جڳهه ڪدي ورتي آهي.

مقرر وقت کان اڳ پريشانين جو وياج ڀري ڏيڻ.

مان سمجهان ٿو توهان کي پريشان نه ٿيڻ لاءِ چوڻ، ساهه نه کڻڻ لاءِ مشوري ڏيڻ برابر آهي. مان هتي اوهان کي هيءَ ڳالهه سمجهائڻ جي ڪوشش ڪري رهيو آهيان ته اهڙا ڪيترا مثال موجود آهن ته توهان جون ڳڻتيون پاڻي ولوڙڻ کان سواءِ ڪجهه ڪونه آهن. انهن مان ڪوبه فائدو ٿيڻو ئي ڪونه آهي. پر اوهان کي هاجو ضرور رسائي سگهن ٿيون.

ڳڻتي، اجايو وقت وڃائڻ ۽ غيرتخليقي سوچ جو هڪ وڏو مثال آهي. اوهان پنهنجي ذهن کي نون خيالن جي تخليق يا پاڻ کي ترقيءَ جي راهه سان اڳتي وٺي وڃڻ بدران اهڙيءَ ڪديءَ ڪِرت سان لڳايو آهي، جنهن جو ڪڙ تيل ته نڪرڻو ئي ڪونه آهي. ڊبليو آر. انج. W.R.Inge جو چوڻ آهي ته، "ڳڻتي، وقت کان اڳ پريشانين جو وياج ڀري ڏيڻ برابر آهي."

توهان کي پريشان ۽ فڪرمند ٿيڻ لاءِ اجا گهڻو وقت پيو آهي ۽ اهڙين متوقع پريشانين لاءِ اوهان هاڻ ڇو بي چين آهيو. ڇا توهان کي اهو احساس ڪونه ٿو ٿئي ته گهڻيون ڳالهيون جيڪي اوهان جي پريشانين جو باعث بڻيون آهن سي واقع ڪونه ٿينديون آهن؟

توهان پاڻ ئي ثابت ڪري ڏيکاريو! هن وقت ئي قلم ۽ ڪاغذ کڻو ۽ انهن ڳالهين جي فهرست جوڙيو، جيڪي اوهان کي هڪ سال کان وٺي هيئنر تائين پريشان ڪنديون رهيون آهن. مون کي پڪ آهي ته اوهان کي پريشاني جو باعث بڻجندڙ ڳالهين مان هڪ به ياد ڪانه هوندي. ان سان گڏ جيڪي پريشانيون اوهان کي هاڻي ستائي رهيون آهن. تن جي فهرست جوڙيو ۽ ڪنهن صندوق ۾ رکي ڇڏيو. سال سوا کان پوءِ اها فهرست ڪدي چڱيءَ ريت جاچي ڏسو ته اهي ڳڻتين واريون ڳالهيون واقع ٿي چڪيون آهن يا نه. پر جيڪڏهن کي ڳالهيون واقع ٿيون به هونديون ته اهڙي خوفناڪ طريقي سان نه جهڙيءَ ريت اوهان کي اڊڪو هو.

جيڪڏهن اوهان هيئنر کان ئي اهو ڪو پهه ڪري ڇڏيو ته جن ڳالهين

بابت اوهان گهڻو پريشان آهيو، سي ڪڏهن به واقع ڪو نه ٿينديون ۽ اهڙيون ڳالهيون اصل واقعي وڏيڪ خطرناڪ آهن ته سمجهو ته اوهان پريشانين کان آجا ٿي. جياپي ويجهو پهچي ويا آهيو، جنهن جو اڄڪلهه امڪان آهي.

جيڪڏهن اوهان ۾ مشڪلاتن سان مڙسيءَ سان منهن ڏيڻ جو ٿورو به حوصلو آهي ته توهان کي هيءَ حقيقت ضرور مڃڻي پوندي ته حياتي ڏکن، ڏاکڙن، مشڪلاتن ۽ مايوسين کان سواءِ گذري ڪانه ٿي سگهي. ان سان توهان کي هيءَ حقيقت به مڃڻي پوندي ته اهو انهيءَ ڪري آهي جو توهان کي اها ساري سَڌي آهي. شاپن هاور Schopen Hauer لکيو آهي ته "هر وقت ۽ هر ماڻهوءَ لاءِ سوچ ويچار ۽ ڏک سور ضروري آهن. هڪ جهاز وزن (توازن) Balance کان سواءِ ٽڪي بيهي ڪونه سگهندو ۽ نه وري سڌو هاڪاري سگهندو آهي."

اصل ڳالهه اها آهي ته توهان اهڙن ڏکن ڏاکڙن کي مڙسيءَ سان منهن ڏيڻ سکو. اهڙيون ڳالهيون ناگزير آهن ۽ اَوَس به ٿي گذرنديون آهن. سوچيو ته اوهان وٽ وڃائڻ لاءِ ڇا آهي؟ مان اهڙا ڪيترا ماڻهو ڏٺا آهن جيڪي ڏکن ڏاکڙن، ناڪامين ۽ مايوسين کي پاڻ لاءِ هڪ للڪار سمجهندا آهن ۽ مڙس ٿي منهن ڏيڻ لاءِ سندرا ساهي پڙ ۾ لهي پوندا آهن. اهڙين مشڪلاتن تي سندن اک به ڪانه ٻڏندي آهي ۽ مقصد ماڻڻ لاءِ اڳتي ڊوڪيندا ويندا آهن.

جيڪا شيءِ اوس به ٿي گذرندي تنهن لاءِ جهوريءَ ۾ جهڄڻ ۽ ڳڻتيون ڪرڻ نه گهرجن. ان کي مڙسيءَ سان مُهاڏي ڏيڻ لاءِ سينو تاڻي بيهي وڃو برف پوڻ کي ڪير روڪي ناهي سگهيو. پر بوٽن جو ته بندوبست ڪرڻو پوندو. هڪ ڪِني ڏند کي اوهان ڪڍائڻ کانسواءِ ٻيو ڇا ڪري سگهندا؟

ڪيترا سال ٿيا جو مون هن ڳالهه جو پڪو پهه ڪري ڇڏيو آهي ته مون کي به ڪي به ڳڻتيون ڪونه آهن. مان ڏندن جي سور جو ڪو فڪر ڪونه ڪندو آهيان. جڏهن مان سمجهندو آهيان ته سور سهڻ کان ٻاهر آهي ته ائين ڪندو آهيان، جهڙيءَ ريت هميشه ڪندو آيو آهيان. جڏهن مون کي ڏندن ۾ ڏاڍي سور جي تاٽ Twinge اُڀرندي آهي ۽ سمجهندو آهيان ته ٻي واهه ڪانه آهي ته ڏندن جي ڊاڪٽر وٽ هليو ويندو آهيان. ناگزير شيءِ کان آخر ڪيستائين لهرائبو؟ توهان کي اڄ يا پوءِ ائين ڪرڻو ئي آهي. تنهنڪري مان پوءِ نه، پر اڄ پهچي ويندو آهيان ۽ دٻ ۽ پريشاني کان بچي ويندو آهيان.

مشڪل پسند ٿيو ته اوهان هر مشڪلات مان ڏو پار ٿي ويندا.

ڳڻتين کان لنوائڻ لاءِ هڪ ٻي به اٽڪل ڪندو آهيان. سا هيءَ آهي ته جڏهن به مون کي محسوس ٿيندو آهي ته ڪو امڪاني ڏکٿهارو واقعو ٿيڻ وارو آهي ۽ ان جي پريشاني ٿيڻ لڳندي آهي ته سمجهندو آهيان ته چڱو ٿيو جو ايتري ۾ بچاءُ ٿي ويو ۽ جيڪڏهن ڪو وڏو واقعو ٿئي ته الائي ڇا ٿي وڃي؟ ها دل کي اهڙو ڏڍ ۽ آٿت ڏئي پريشانيءَ کان پَلَوَ آجا ڪري وٺندو آهيان ۽ سڀ ڪجهه وساري ڇڏيندو آهيان.

جيڪڏهن آئون ڪا سيڙپ ڪندو آهيان ۽ سمجهندو آهيان ته بچت دوران اٽلو نقصان ٿي رهيو آهي ته مان سمجهندو آهيان ته ساري موڙي پٽي وڃي. ته پوءِ نقصان کان بچڻ لاءِ هٿ پير هڻندو آهيان. ان کان پوءِ جڏهن مڪمل نقصان ڳچيءَ ۾ پوندو ته به دل کي جهٽڪو ڪونه لڳندو. ڇاڪاڻ ته ايتري نقصان جو ته مان اڳيئي انومان ڪيو ويٺو هوس. پر جيڪڏهن ٿورو گهٽو نقصان ٿيو ته سمجهندس، گهٽي نقصان کان بچي ويس. انهيءَ ڪري دل ڏاڍي خوش ٿي ويندي آهي. پر مان اجايو سوچي ڪڏهن به پنهنجو وقت ڪونه وڃايو آهي.

تنهن ڪري بنا ڪنهن سبب ڳڻتي معنيٰ اجائي ڳڻتي. جيڪا حقيقي واقعي کان به خراب هوندي آهي. جيڪڏهن اهو واقعو موت جهڙو ڀيانڪ نه آهي ۽ دنيا جي تباهي جهڙو شديد نه آهي ته انهيءَ کي مڙسيءَ سان منهن ڏيڻ لاءِ تيار ٿي وڃو يا وري وساري ڇڏيو.

پر جيڪڏهن اهو موت جهڙو يا تباهه ٿي وڃڻ جهڙو ڀيانڪ آهي ته پوءِ ته توهان جي ڳڻتي ۽ پريشاني ئي بلڪل اجائي آهي.

منهنجي اهڙي ماڻهوءَ سان واقفيت آهي جنهن کي فقط هڪ ڳالهه جو جهوراڻو لڳل هوندو هو ته هن ڏندي لاءِ ڪيڏانهن به سفر سڌاريو ته هن کي آنڊي جي بيماري اپينڊيسائٽس Appendicitis ٿي پوندي.

پوءِ هن ڳڻتيءَ ڪيس ڳاري رکيو، ڪيس پريشاني اها هئي ته جيڪڏهن اها بيماري وچڙي وئي ته سندس ڏندي جو ڇا ٿيندو. ڪيس پنهنجو ڊاڪٽر به ويجهو ڪونه هو. ڪيس اها پريشاني به وڻ ويڙهي جيان وڪوڙي وئي ته نئون ڊاڪٽر الائي ڪهڙي ريت سندس آپريشن ڪندو.

ان سان گڏ اهو به سوچي ويچاري رهيو هو ته ڏندي واري سفر دوارن هڪ ته هو پنهنجي گهر کان گهڻو پري هوندو. ٻيو ته انهيءَ سفر وقت ان

بيماريءَ جو بہ مٿس حملو ٿي سگهي ٿو. جڏهن ڪيس ٿوري فراغت ملي تہ هو پنهنجي ڊاڪٽر وٽ ويو ۽ اپينڊڪس Appendix جو آپريشن ڪرائي ڇڏيائين. ان ڪان پوءِ وري ڪيس اهڙي ڪٿي ڪانہ ٿي.

مان سمجهان ٿو تہ اوهان بہ محسوس ڪيو هوندو تہ اها انتهاپسندي آهي. پر هيءَ منهنجي ان خيال سان سهمت آهي تہ مصيبت سان مڙسيءَ سان منهن ڪيئن ڏجي ۽ انهيءَ لاءِ تياري ڪهڙي ريت ڪجي؟

ان ڪان سواءِ ڪي مايوسيون بہ هونديون آهن، جن لاءِ شيڪسپيئر چيو آهي تہ، ”سولي فتح ۾ انعام بہ ٿورو ملندو آهي“ جڏهن مايوسي وڪوڙي ويندي آهي تہ سمجهبو آهي تہ اها چڻ حياتيءَ جو هڪ حصو آهي. اڪثر هلي اها اڄ جي اڏ جيترو بہ پريشان ڪانہ ڪندي. وليم جي ملنس جونئير William G. milines Jr. جو قول آهي، (جنهن جو Saturday Evening post بہ حوالو ڏنو آهي) تہ، ”جڏهن توهان کي محسوس ٿيندو تہ ناڪامي هڪ عارضي شيءِ هئي تہ توهان ڪاميابيءَ جي رستي سان سفر ڪرڻ شروع ڪري ڏيندئو.“

مان هن قول کي وڏيڪ اثرائتي بڻائڻ لاءِ هن طريقي سان چئي رهيو آهيان ۽ هن ڪتاب ۾ مون ڪنهن هنڌ بہ آهي تہ اسان مان گهڻا دوست اڪثر ڪري ناڪاميءَ سبب گهڻو پريشان هوندا آهن. انهي ڪري هو وري فتح حاصل ڪرڻ جي ڪوشش ئي ڪونہ ڪندا آهن. مان سمجهان ٿو تہ ناڪاميءَ تي ڪٿي ڪرڻ وارو ماڻهو صفا گڏهہ هوندو آهي، جيڪو اوهان کي ڪوشش ڪرڻ کان پري ڪري ڇڏيندو آهي. پر جيڪڏهن اها ڪٿي ناڪاميءَ کان بچڻ لاءِ آهي تہ پوءِ سٺو. ان سان گڏ مان هي بہ چئي رهيو آهيان تہ ناڪاميءَ تي گهڻو افسوس نہ ڪرڻ گهرجي. اڪثر وڌو ۽ وري ڪوشش شروع ڪري ڏيو. جيڪڏهن اوهان ائين ڪندا تہ اوهان ننڍين وڏين ناڪامين کي مڙسيءَ سان منهن ڏئي سگهندا.

سڊني سمٿ هڪ ڀيري لکيو هوتہ، ”همت نہ هئڻ ڪري هن دنيا ۾ الائي ڪيترو عقل ائين ضايع ٿي رهيو آهي. ڏهاڙي ڪيترن گمنام ماڻهن جا مئٽ مقامن ۾ دفن ٿي رهيا آهن، جن بزدليءَ ڪان هڪ قدم بہ اڳتي ڪونہ وڌايو هو. جيڪڏهن ڪين ڪوشش ڪرڻ لاءِ اتساهيو ۽ اڪسايو وڃي ها تہ ممڪن آهي تہ هو گهڻو ڪجهہ حاصل ڪري چڪا هجن ها!“

مان سمجهان ٿو تہ هن گهڻو چيو آهي ۽.مان هن جي ڀيٽ ۾ ايترو گهڻو ڪري ڪونہ سگهيو آهيان. ماڻهو عام طور تي چوندا آهن تہ، ”مان هي

ڪم ڪري ڪونہ ٿو سگهان"يا "مون ڪي ناڪاميءَ جو ڊپ آهي" اهڙي سوچ اوهان کي ڊرتيءَ کان مٿي اُٿڻ ئي ڪانہ ڏيندي. يا هي چوندا تہ، "مان ڪوشش ڪندس." اها سوچ اهڙي آهي جو ماڻهو ائين پيو ڦرندو جهڙي ريت ستارا مدار Orbit ۾ ڦرندا رهندا آهن. ڇا مان پنهنجي نقطئہ نظر ۾ صحيح نہ آهيان؟ امڪاني ناڪاميءَ کان ڊڄڻ ڪري ماڻهو ناڪامي کان بچي ڪونہ سگهندو آهي.

جيڪڏهن اوهان ان بابت ڪا ڳڻتي ڪري رهيا آهيو تہ اهڙي پريشاني، ڪنهن سرگرميءَ جي شروعات هئڻ کپي جيڪڏهن اوهان ڪنهن امڪاني واقعي جي ٿيڻ جي ڳڻتي ڪري رهيا آهيو تہ پوءِ اوهان کي ان لاءِ رٿابنديءَ سان ڪا تياري ڪرڻ کپي. ائين ڪرڻ سان ڳڻتي اوهان جي اوڏي ڪانہ ايندي.

مان هن ڳالهہ جو قائل آهيان تہ غير متوقع واقعن جي پڻ رٿابندي ڪرڻ گهرجي. مون کي اها پوري ڄاڻ آهي تہ ڪڏهن منهنجي ٿوري ڪوشش مون کي مهينن جي هرويرو واري ڳڻتيءَ کان بچائي وٺندي آهي. اهو سمجهڻ غلط آهي تہ هرشيءِ نقصانڪار آهي ۽ اجائي خوشفهمي تہ هر شيءِ ۾ بهتري آهي سا سوچ بہ بي انتها غلط آهي. عملي ڪم انسان جو صحيح ۽ حقيقت پسندانہ رويو آهي. ان کان سواءِ هيءَ ڳالهہ سوچي ڇڏجي تہ نتيجو رٿابندي مطابق نہ بہ نڪرندو آهي.

ڏهاڙيءَ جي ڳڻتين کي کهڙيءَ ريت منهن ڏجي؟

اسان مان گهڻن ماڻهن کي حقيقي نوعيت جا مسئلا ڪونہ هوندا. پر وقت جو وڏو حصو اجاين ڳڻتين ۾ پيا ڳهندا آهيون. تنهنڪري پريشانيون ختم ڪرڻ لاءِ ۽ اهڙن ننڍن مسئلن جي لاءِ رٿابندي ڪرڻ ضروري هوندي آهي.

جيڪڏهن اوهان کي ڪتي پهچڻو آهي تہ اوهان سويلو سنيرو. انهيءَ ڪري اوهان جي دير سان پهچڻ واري پريشاني ختم ٿي ويندي.

جيڪڏهن اوهان اڻ ڏٺيءَ جوءِ ڏانهن ڪار وسيلي وڃي رهيا آهيو تہ ان ايراضيءَ جو اوهان وٽ نقشو هئڻ کپي يا ڪنهن کان چڱيءَ ريت پڇي ڳڇي سفر تي سنيرڻ کپي. ائين ڪرڻ سان اوهان ڪنهن غلط رستي سان سفر ڪرڻ واري ڏچي کان بچي سگهندا.

جيڪڏهن اوهان جي گاڏيءَ جي هڪ ٽائر جون ڳڏيون گسي ويون آهن ۽ لسو ٿي ويو آهي تہ اوهان کي هڪ نئون ٽائر خريدڻ کپي ۽ هرويرو فڪر ڪرڻ جي ڪهڙي ضرورت آهي؟

جيڪڏهن اوهان ڏندن جو سور محسوس ڪريو ٿا ته ڊاڪٽر کي ڏيکاريو، پر ڏندن جي سور جي ڳڻتيءَ ۾ اجايو وقت وڃائڻ نه گهرجي.

جيڪڏهن اوهان کي هن قسم جون ننڍيون ڳڻتيون ڪونه آهن ته هوند ڀلو! پر ڊئن بينيٽ Dan Bennett جي خيال موجب، "ماڻهو اجا ايترو ڏاهو ڪونه ٿيو آهي، جو بد هاضمي جو ڪاڻ ڪان اڳي سوچي. پر هو ڪاڻ ڪان پوءِ سوچيندو آهي."

غير متوقع مصيبتن لاءِ تيار رهڻ، ننڍن مسئلن کي منهن ڏيڻ، ڳڻتين کان بچڻ لاءِ صحيح سوچ آهي. ائين ڪرڻ سان ڪڏهن وڏين پريشانين کان به جند آجي ڪري سگهبي آهي. مان پنهنجي ليڪچر لاءِ خاص قسم جا بلئڪ- بورڊ ۽ ٽپايون Easeles ڪٽندو آهيان. جيڪي بورڊ کي ٽيڪ ڏئي بيهارڻ لاءِ ڪم ايندڙيون آهن. هنن کي رکڻ لاءِ خاص قسم جا ڍڪ ٺهيل آهن ۽ انهن کي گاڏي جي ڊڪيءَ ۾ رکي ڇڏيندو آهيان.

مون کي سدائين اهو جهوراڻو پيو جهوريندو رهندو هو ته جيڪڏهن هي بلئڪ- بورڊ ۽ ٽپايون ڪٿي وڃائجي ويون يا بورڊ يا ايزل ڀڄي پيا يا ڪار چوري ٿي وئي ته پوءِ ڇا ٿيندو! مون هن قسم جي ڳڻتيءَ کان ڏاڍي سولائي سان جند آجي ڪري ڇڏي. ڪجهه وڌيڪ بورڊ ۽ ٽپايون ٺهرائي ڇڏيم جيڪي گهر پيا هوندا هئا. مان انهن کي اجا تائين ڪم ڪونه آندو آهي. پر انهن لاءِ هرويرو پريشان ٿيڻ کان ته بچي پيس.

سو توهان به هن قسم جي ننڍڙين ڳڻتين کان بچي ڪونه سگهندا، جيڪي هر وقت اوهان جي سوچ تي سوار هونديون آهن. اوهان کي اج سيائي ڪري پريشانين کي اينگهائڻ نه کپي. پر ڪين ختم ڪرڻ گهرجي. نه ته اهي وڏنديون رهنديون ۽ زخم جيان گند پوڻ؛ پرجي گڏ ٿيندي رهندي.

پر جيڪڏهن ڪي شديد نوعيت جون ڳڻتيون آهن، جهڙوڪ: گهرو مسئلا، پئسي ڏوڪڙ جي تنگي يا ڪي ٻيون اهڙيون مشڪلاتون. اهڙين مصيبتن کي منهن ڏيڻ لاءِ هن ڪتاب ۾ ڪي اصول بيان ٿيل آهن، جيڪي هن مونجهاري ۾ اوهان جي رهبري ڪري سگهن ٿا. فرض ڪريو ته جيڪڏهن اوهان جي اهڙي ڳڻتي ختم نه ٿي ٿئي يا اهڙو ڪو امڪان به ڪونه آهي ته جاکوڙ ڪرڻ ڇڏي ڏيو ۽ ان کي مڙسي سان منهن ڏيڻ لاءِ ڪي ٻيا رستا سوچيو، ان وقت اوهان کي پوري پڪ هئڻ کپي ته حالتون ناگزير آهن. ان کان پوءِ اوهان کي مناسب رٿابندي ڪرڻ کپي. انهيءَ لاءِ چيني ٻوليءَ جو هڪ مشهور پهاڪو آهي ته، "اوهان ڏکن سورن جي پکين کي پنهنجي مٿان

اڏامڻ کان ڪڏهن بہ روڪي ڪونہ سگھندا. پر اھا ڪوشش ضرور ڪريو تہ ھو اوهان جي وارن ۾ پنهنجا آکيرا نہ جوڙن."

ان جي ابتڙ جيڪڏهن اوهان اهڙن مسئلن بابت اجايو ڳڻتيون ڪائيندا، جن کي اوهان حل بہ ڪري سگھو ٿا تہ ان لاءِ مان اوهان کي ڊاڪٽر جارج اسٽيپونسن جيان هڪ مشورو ڏيندس. جيڪو هن پنهنجي "How to Deal With your Tensions" نالي هڪ پمفليٽ ۾ لکيو هو. "جيڪڏهن ڪنهن مسئلي ڪري پريشان آهيو تہ ان بابت ڳالهائڻ شروع ڪريو. ان کي شيشي ۾ وجهي مٿان ڍڪي ڏئي نہ ڇڏيو. توهان اهڙيون پريشانيون ڪنهن ڏاهي ماڻهوءَ کي ٻڌايو، جنهن ۾ اوهان جو پورو ويساھ هجي. پوءِ اهو ماڻهو مڙس هجي يا زال، پيءُ، ماءُ سٺو دوست، پادري، اوهان جو خانداني ڊاڪٽر، استاد، اسڪول جو صلاحڪار يا ڊين Dean هجي. پنهنجي مسئلي کي ٻين سان بيان ڪرڻ سان ذهني دٻاءُ گھٽائي سگھجي ٿو. انهي ڪري اوهان جي پريشانين کي وڌيڪ صفائي سان ڏسي سگھجي ٿو ۽ اهو بہ معلوم ڪري سگھجي ٿو تہ توهان کي انهن لاءِ ڇا ڪرڻ گھرجي."

جيڪڏهن اوهان پريشانين کان جند نہ ٿا ڇڏائي سگھو تہ انهن بابت ٻين سان صلاح مشورو ڪريو.

هن ۾ ڪو اضافو ڪرڻ ڏاڍي ڏکي ڳالھ آهي. پر پريشانين بابت ٻئي سان اندر اورڻ سان نہ رڳو اوهان جو هنياءُ هلڪو ٿي ويندو. پر جنهن ماڻهوءَ سان پنهنجي اندر جا سور سليو ٿا، ممڪن آهي تہ هو اوهان کي وڌيڪ سرت ۽ سچيت هجي. توهان کي ڳڻتين مان آجي ٿيڻ لاءِ ڪو گس ڏسي وجهي. اوهان اهڙيون ڪيتريون ڳالهيون پڙهيون يا ٻڌيون هونديون تہ ڪيترن ماڻهن پنهنجي اهڙين پريشانين کان تنگ اچي، پنهنجيون جانيون تباھ ڪري ڇڏيون، جيڪي جيڪڏهن ڏاهن ۽ ڄاڻو ماڻهن کي صلاح مشوري لاءِ ٻڌايون وڃن ها تہ سندن قيمتي جانيون بچي پون ها!

اوهان کي اهڙن ماڻهن کان صلاح وٺڻ نہ کپي، جيڪي توهان جي مسئلن کان توهان کان بہ گھٽ واقف آهن يا وڌ ۾ وڌ توهان جيترا واقف آهن. مون کي پنهنجي هڪ واقف ڪار جو قصو ياد اچي ٿو. جيڪو ويچارو پنهنجي چمڙي جي بيماري ڪري ڏاڍو پريشان هو. ڪيس سندس هڪ نيڪ نيت دوست صلاح ڏني تہ خارش واري تڪليف جي جاءِ تي آيوڊين استعمال ڪريو. ائين ڪرڻ سان سندس تڪليف ۾ گھٽتائي تہ ڪانہ ٿي، پر رهندو

خارش وڌي وئي. هن ماٺهوءَ لاءِ بهتر تہ اهو هو جو ڪنهن ٻئي اڻ ڄاڻ ماڻهوءَ جي صلاح تي لڳڻ بدران سڌو ڪنهن ڊاڪٽر ڏانهن هليو وڃي ها.

هاڻي انتها ڪان پوءِ عام قسم جي پريشانين ڏانهن اچون ٿا. توهان هن قسم جا ماڻهو تہ ڪونہ آهيو، جيڪي ساري زندگي هن قسم جي ڳڻتين ۾ پيا ڳرندا آهن تہ مون گهڙيال جي گهنٽيءَ کي مقرر بيهاريو الائي نہ؟ بلب وسايم الائي نہ؟ اوون Oven جي بجلي بند ڪيم الائي نہ؟ استري وارو سئچ بند ڪيم الائي ڪونہ؟ گند ڪچرو ٻاهر ڦٽي ڪيم يا اتي پيو آهي؟ در کي جندو هيم يا ائين بند ڪري ڇڏيم؟

هن قسم جي ننڍڙين پريشانين کان بچڻ جي ڏس ۾ مدد ڪرڻ جو سنو طريقو اهو آهي تہ اوهان کي ٻڌائجي تہ ياد ڪرڻ جو فن سکو. اهڙن ڪمن کي ياد رکڻ جو فن اوهان کي گهڻين پريشانين کان بچائي وٺندو. اوهان وڏن آوازن وارين اشتهاري شين خريدڻ بدران منهنجو ڪتاب وٺو، جيڪو ياد جي سگهہ وڌائڻ جي موضوع تي لکيو ويو آهي. يا هن ڪتاب ۾ عادت يا هير جي عنوان سان لکيل باب پڙهو. توهان پاڻ ۾ ڪنهن ترتيب سان ڪم ڪرڻ ۽ وقت تي ڪرڻ جي هير يا عادت وجهو تہ اوهان گهڻين پريشانين کان جند ڇڏائي وٺندا.

پريشانين کي ختم ڪرڻ واري موضوع تي ڪليل ڳالهين جي سختي سان پابندي معنيٰ پريشانيون ختم ٿيڻ برابر آهي. ڇا اوهان ائين ڪري سگهندا؟ جيڪڏهن اوهان دروازي تي تالو ڪونہ ڏنو آهي ۽ اوهان جو گهرلتجي ڦرجي ٿو وڃي تہ اوهان ڪڏهن دروازي کي تالو هڻڻ ڪونہ وساريندا. جيڪڏهن اوهان گهڙيال کي گهنٽي وڄائڻ واري وقت ڪونہ بيهاريو آهي تہ اوهان ڪم تي دير پهچندا ۽ اوهان لاءِ ڪيئي مشڪلاتون پيدا ٿينديون تہ اوهان وري ڪڏهن گهڙيال جي گهنٽيءَ کي مقرر وقت تي بيهارڻ جي غلطي ڪونہ ڪندا.

جيڪڏهن اوهان کي هن قسم جي ڳڻتي وَنَ ويڙهيءَ جيان وڪوڙي وئي تہ ان مان جند آجي ڪرڻ جو طريقو هي آهي تہ، اوهان جو هر مسئلي لاءِ رويو هي هجڻ گهرجي تہ، "اهو مسئلو آهي بہ تہ ڇا ٿي پيو؟ جيڪڏهن اوهان مسئلي کي حل ڪرڻ ۾ هڪ ڀيرو يا ٻہ ڀيرا غلطي ڪئي تہ ڪوبہ فرق ڪونہ ٿو پوي. ٻئي ڀيري اوهان ان کي بهتر نموني سان سمجهي سگهندا ۽ سهڻي طريقي سان حل ڪري سگهندا. ان کان پوءِ اهو بہ تہ سوچڻ کپي تہ نازل ٿيڻ واري اها خطرناڪ مصيبت آخر آهي ڪهڙي؟ جيڪڏهن ايندڙ مصيبت واقعي وڏي آهي تہ اوهان کي سوچڻ کپي تہ اوهان لاءِ ڳڻتيءَ جوڳي

شيءِ ڪهڙي آهي؟" فرض ڪريو اوهان کي ڪار يا گهرجي روشني بند ڪرڻ جي پريشاني آهي جيڪڏهن ائين آهي تہ اوهان کي ڪار بئٽري لاءِ ڪجھ رقم خرچ ڪرڻي پوندي يا بجليءَ جو بل ڪجھ وڌيڪ ايندو. اهو اوهان تي مدار ٿو رکي تہ اهڙيون ڳالهيون اوهان جي پريشانين لائق آهن، يا نہ. جيڪڏهن بجليءَ جو بل ڪجھ وڌيڪ اوهان لاءِ ڀرڻ وڏي ڳالھ ڪانہ آهي تہ پوءِ اوهان ان لاءِ ڳڻتين ۾ ڇو ڳرو.

چڱو ٻڌايو اوهان کي ٻي ڪهڙي ڳڻتي آهي؟ اها ڳڻتي آهي تہ اوهان ڪراڙا ٿيندا پيا وڃو؟ بلڪل ٺيڪ ٿا چئو. هي تہ اهڙي ڳالھ آهي جو اسان مان سڀ ماڻهو پريشان آهن. بنجامين فرئنڪلن چيو آهي تہ، "سڀ ماڻهو ڊگهي ڄمار مائيندا ۽ ڪير بہ ڪراڙو ڪونہ ٿيندو." هيءَ ڳالھ بلڪل سچي آهي. وڌيڪ ڪراڙي ٿيڻ جي اوهان ڳڻتي ڇو ٿا ڪريو؟ ان جو متبادل رستو ڳوليو.

اهو ڪيئن ٿا سمجھو تہ وڏي عمر بهتر نہ آهي؟ انسان جي ڄمار جو بهترين حصو تہ وڏي عمر هوندو آهي. انساني ڏاهپ اها آهي تہ وَڏَتَڻَ بہ ناگزيرَ هوندو آهي. منهنجو اهو هرگز مطلب نہ آهي تہ اوهان چنگھ چنگھ تي چاڙهي آرام سان ويهي ان جو انتظار ڪريو ۽ نہ وري اهو چاهيان ٿو تہ ان جي ڳڻتي ڪريو. پر وڏتڻ جون تياريون ڪريو. وڏي عمر ۾ پهچڻ کان پوءِ جڏهن آرام واري زندگي گذارڻ چاهيو تہ انهيءَ لاءِ رٿابندي ڪريو ۽ ان لاءِ رقم رکو. دل وندرائڻ وارين ڳالهين ۾ دلچسپي وٺڻ شروع ڪريو، جيڪڏهن چاهيو تہ وڏي عمر ۾ پير رکڻ کان پوءِ اوهان کي انهن ۾ شريڪ ٿيڻو آهي. پر خدا جي واسطي ڪراڙپ جي ڪڏهن بہ ڳڻتي نہ ڪريو. هن بابت ڊاڪٽر ٿيو ڊور وئن ڊيلن جو خيال آهي تہ، "وڏتڻ ڪراڙي ٿيڻ واري، هرويرو جي خوف ۽ ڳڻتيءَ کان وڌيڪ ڏکيو مسئلو ڪونہ آهي."

مئري گولڊن پنهنجي مشهور ڪتاب Only in America ۾ هن موضوع تي تمام سٺي خيال جو اظهار ڪيو آهي. هو اوهان کي هيءُ مشورو ڏئي ٿو تہ اوهان ڏهاڙي صبح جو سوير اهو ويچاريو تہ اوهان کي هن دنيا ۾ هميشه لاءِ زندهہ رهڻو آهي. جڏهن اوهان ستر جي عمر ۾ پير پايو تہ پنهنجي جڳھ ۾ تبديليون آڻيو. پنجهتر سالن جي عمر ۾ مطالعي جو نئون طريقو اختيار ڪريو ۽ هڪ نئين ٻولي سکڻ شروع ڪريو. اهڙي نموني سان شروعات ڪريو جو جڻ اهڙي قسم جو مطالعو ڪڏهن ختم ئي ڪونہ آهي. جڏهن اهڙو مطالعو ختم ٿي ويندو تہ اوهان کي ان جو پتو بہ ڪونہ پوندو.

توهان کي باقي ٻيو ڇا گهرجي؟ ڇا اوهان ڪا بيماري محسوس ڪريو

ٿا. جيڪڏهن ائين آهي ته ڊاڪٽر ڏانهن هليا وڃو ۽ ڪيس چڙيو ته هو اوهان جي صحت بابت پريشان ٿئي.

ڇا اوهان انهيءَ ڪري پريشان آهيو ته توهان پاڻ کي دماغي طور ڪمزور محسوس ڪري رهيا آهيو؟ اهو ته پاڻ سنو جيڪي ماڻهو چرئي ٿيڻ کان ڊڄندا آهن. سي ڪڏهن به چريا ڪونه ٿيندا آهن.

انهيءَ لاءِ به پريشان نه ٿيو ته اوهان کي جهنم رسيد ڪيو ويندو. ڇاڪاڻ ته اوهان ته اڳيئي جهنم ۾ داخل آهيو.

باب ويھون

خوف کي ڪيئن ختم ڪجي ۽ اڻ ٿر مسئلن تي کھڙي طريقي فتح حاصل ڪجي؟

”منھنجو خوف کان سواءِ ڪوبہ دشمن ڪونہ آھي، جنھن کان ڊڄان.“ **(فريڊرڪ لارنيس نولس)**

ڳڻتي ۽ ڊپ ۾ ڪو گھڻو فرق ڪونہ آھي. حقيقت ۾ اھو ڏکويل دماغ (خوف) ۾ جڻ ڦلوڪڙو (ڳڻتي) ھوندو آھي. مان اوھان کي اھو مشورو ڪونہ ڏيندس تہ اوھان خوف کي مڪمل طور ذھن مان ڪڍي ڇڏيو. ايئين ڪرڻ ھڪ تہ ناممڪن آھي ٻيو تہ عقلمندي بہ ڪانہ آھي.

ايرچ فورن Erich Fornn ھڪ ڀيري لکيو ھو تہ، ”حقيقي خوف جي ڄاڻ ڪيڏي معقول قسم جي پريشاني پنھنجي بچاءَ لاءِ ھوندي آھي. جيڪا اسان جي دماغ واري حصي لاءِ اٿل ۽ صحيح بہ ھوندي آھي. خوف جي عدم موجودگي سوچ ۽ فڪر جي عدم موجودگي آھي يا ائين سمجھي سگھجي ٿو تہ جنھن ماڻھوءَ جي دل ۾ خوف نہ ھوندو آھي، تنھن وٽ زندھ رھڻ جو مقصد ڪونہ ھوندو آھي.

عقلمندي واري پريشاني يا حقيقي نوعيت جي خطري جو ڊپ اسان جي زندگيءَ جو لازمي حصو ھوندو آھي. خوف بہ ڪنھن سور جيان ڪنھن وڏي خطري جي بچاءَ لاءِ چتاءُ ڏيندو آھي. جيڪڏھن اوھان کي ٻاھر جو خوف نہ ھوندو تہ اوھان ڪڏھن نہ ڪڏھن سڙي گھائجي پوندا. ھن لاءِ مان اوھان کي ھزارين مثال ڏئي سگھان ٿو. مان سمجھان ٿو تہ ائين ڪرڻ ضروري ڪونہ آھي.

علم يا ڄاڻ جي معنيٰ سُرت آھي. جڏھن ڪو ماڻھو سرت ۽ سچيت وارو ھوندو آھي تہ ڪن حالتن ۾ ان کي وڌيڪ خوف محسوس ٿيندو آھي. منھنجو اندازو آھي تہ جيترو ماڻھو وڌيڪ سچيت ھوندو، اوترو وڌيڪ ڪيس ڊپ يا اُڏڪو ھوندو آھي. ھن جو مطلب اھو ڪونہ آھي تہ توھان علم ۽ ڄاڻ

۾ پري پڇو. پلي کهڙي به شيءِ کي اوهان کهڙيءَ به نظر سان ڏسو، پر بي علمي ۽ اڻڄاڻائي ڪا سٺي شيءِ ڪانه هوندي آهي.

ڪي خوف ته اسان جي دل ۾ ٻالجتيءَ کان وٺي وهاريا ويندا آهن ۽ اها هڪ سٺي شيءِ به آهي. جيڪڏهن ڪو ٻار ٻاهه ۾ سڙي پوندو آهي ته ان کان ڏاڍو ڊڄندو آهي. اها فطري ڳالهه آهي ته ٻاهه ۾ سڙڻ جو خوف ان واقعي ۾ سڙڻ جي درد سور کان پوءِ ٿيندو آهي. پر ڪير به ارادي سان پاڻ کي ساڙي، اهڙي درد جي احساس جو تجربو ڪونه ڪندو آهي.

خوف هڪ سٺي تخليقي سگهه ٿي سگهي ٿو اهو نڄاڻ ۽ جاهليت جو خوف هو جنهن ڪري اسڪول وجود ۾ آيا. غذائي زهر Food Poisoning جي خوف کان ماڻهو پنهنجي کاڌ خوراڪ نهايت سچيتائي سان رڌيندا پچائيندا ۽ سانڍي رکندا آهن. ڪنهن حادثي جي خوف کان ماڻهو گهرن، ڪارخانن ۽ گاڏين ۾ اهڙي گنجائش رکندا آهن.

اوهان رستي سان ڪيترا خوفناڪ حادثا ڏٺا هوندا ۽ ان کان پوءِ اوهان ويهارو ميل ڪن گاڏي نهايت سُرت ۽ سچيتائيءَ سان هلائيندا آهيو. ڇو؟ جڏهن اوهان ڪنهن وچڙندڙ خطرناڪ بيماريءَ جو ٻڌندا آهيو ته ٻوڙي ڊاڪٽر کي ڏيکاريندا آهيو ته متان ان بيماريءَ جا جيوڙا اوهان ۾ به موجود هجن ۽ گهٽي وقت تائين اوهان هر شيءِ ۾ احتياط ڪندا آهيو.

اهڙا ٻيا به ڪيترا مثال آهن، جن مان محسوس ٿئي ٿو ته خوف ڪا هاڃيڪار شيءِ نه آهي، پر وڏي فائدي واري آهي. پر ڪي خوف غير مناسب ۽ غير معقول هوندا آهن. جن مان جند ڇڏائڻ ضروري هوندو آهي.

عام خوف موت کان ڪيو ويندو آهي. پوءِ اهو خوف پنهنجي مرڻ جو هجي يا ڪنهن پنهنجي پياري جو هجي. اهو خوف هر ماڻهوءَ کي ڪڏهن نه ڪڏهن ضرور ٿيندو آهي، مان سمجهان ٿو ته اهڙي خوف مان جان آجي ڪرڻ جو هڪ طريقو اهو به آهي ته ناگزير يا اٽل شين کان خوف بلڪل نه کائجي. اهائي عقلمندي آهي. هن باري ۾ شيڪسپيئر، جوليس سيزر Julius Caesar جي ٽرئجيدي Tragedy ۾ ڪهڙو نه خوبصورت چيو آهي:

”ڪانئر ماڻهو موت کان اڳ ڪيترا ڀيرا مري چڪو هوندو آهي. جهونجهار فقط هڪ ڀيرو موت جو مزو چکندو آهي. مان اڄ تائين جيڪي به عجب جهڙيون ڳالهيون ٻڌيون آهن، انهن مان وڌيڪ اچرج جهڙي ڳالهه ماڻهوءَ جو خوف آهي. اهي سمجهندا به آهن ته موت اٽل آهي، ۽ جڏهن اهو ايندو ته ڪير به ڪيس ٽاري ڪونه سگهندو.“

اوهان پنهنجي خوفن جي سائيڻ رکو ۽ انهن کي پنهنجي هٿيارن طور ڪم آڻيو.

اهڙو ڪوبہ ماڻهو ڪونہ آهي، جنهن کي ڪونہ ڪو خوف نہ هجي جهونجهار ۽ ڪنڌار جوان بہ اوهان کي ايمانداريءَ سان ٻڌائيندا تہ بهادريءَ وارو ڪم سرانجام ڪرڻ مهل ڪين دل ۾ ڪيترو خوف وينل هو ۽ هو بہ تو اسان جيان ڏڪل هئا. فرق فقط اهو آهي تہ هو ان خوف مٿان غالب ٿي ويا هئا ۽ خوف جي اطاعت قبول ڪرڻ بدران مُنهاڙو ڏنائون.

توهان بہ ڪن اهڙين شين ۽ اهڙي صورتحال کي ضرور منهن ڏنو هوندو. جن کان اوهان ڏڪل بہ هوندا. اهڙي خوف واري احساس کان شرم محسوس ڪرڻ نہ گهرجي. پر ان کي مُهاڏي ڏيڻ جي مشق ڪندا اچو. خوف کي ختم ڪرڻ لاءِ هڪ عام چوڻي آهي تہ: "اهي ڪم ڪريو، جن مان اوهان کي ڏپ ٿيندو هجي."

يقين ڪريو جن شين کان اڄ اوهان خوف محسوس ڪريو ٿا ۽ جيڪڏهن انهن جو مڙسيءَ سان اوهان مقابلو ڪيو تہ پوءِ اهڙي خساري مان اوهان کي خوف بدران مزو پيو ايندو. توهان کي پهريائين برف تي ترڪڻ وارين اسڪيٽن Skates کان ضرور ڏڄ ٿيندو. پر جيڪڏهن اوهان اهڙي خوف مٿان حاوي ٿي ويندا، ۽ اسڪيٽنگ سکي وٺندا تہ توهان کي بہ برف تي ترڪڻ مان گهڻو لطف ايندو ۽ سمجهندا تہ اوهان اسڪيٽنگ نہ ڪري، بي انتها خوشيءَ کان ڇڻ پري رهجي ويا هئا!

اوهان پنهنجي خوف کي پاڻ کان نہ لڪايو، هئري ايمرسن فوسڊڪ چيو آهي تہ، "اوهان پنهنجي خوف کي دل مان ڪڍي ٻاهر ميدان تي آڻيو ۽ ان سان بنا ڪنهن هٻڪ ۽ هٽڙ جي منهن ڏيو ۽ مقابلو ڪريو. ائين ڪرڻ نهايت اهم آهي. جيڪڏهن اوهان خوف کي دل مان ڪڍي ٻاهر نہ آڻيندا تہ ان سان اڪ اڪ سان ملائي مقابلو ڪري ڪونہ سگهندا."

ناڪاميءَ جو خوف ڇا آهي؟ مان هن تي اڳئين باب ۾ بحث ڪري آيو آهيان، اوهان کي هن بابت وري بہ ٻڌايان ٿو تہ جيڪي ماڻهو ناڪاميءَ کان ڊڄندا آهن، سي پاڻ ناڪام هوندا آهن ۽ جاکوڙ ڪري ڪونہ سگهندا آهن. اوهان دل ۾ پڪو پهہ ڪري ڇڏيو ڪاميابي سڌو ۽ صاف رستو ڪونہ آهي، جنهن وسيلي آرام سان سفر ڪري اوهان فتح ماڻي سگهندا. پر هي هڪ اهڙو ذريعو آهي جنهن سان اوهان ناڪاميءَ واري تصور کي دل مان پڄائي ڪڍي سگهندا.

منهنجو خيال آهي تہ جيڪڏهن اوهان سوچيندا تہ، ”اسان هن ڪم ۾ سوڀارا ڪونہ ٿي سگھنداسون.“ تہ پوءِ اوهان اهڙو ڪم شروع ئي نہ ڪريو. ائين سوچڻ وڏو ڏوهہ آهي. اوهان ڪوبہ ڪم شروع ڪريو تہ اوهان جا حوصلا بلند هئڻ گھرجن. جوئل هاوز Joel Hawes چيو آهي تہ، ”توهان جو هدف سچ هئڻ کپي. توڙي جو توهان جو تير اتي پهچي ڪونہ سگھندو، پر اوهان جو تير عام هدف کان تمام گھڻو مٿي ويندو.

جڏهن اوهان چاهيو تہ پنهنجي خوف ۽ خطرن کي هتيار طور بہ ڪم آڻي سگھو ٿا. جيڪڏهن اوهان کي ناڪاميءَ جو خوف آهي تہ اوهان اڳتي وڌڻ لاءِ هڪ رٿابندي ڪريو تہ اوهان ناڪام ڪونہ ٿيندا. جيڪڏهن اوهان ابتدا ۾ ئي ناڪام ٿيو ٿا تہ پوءِ هڪ متبادل رستو ڳوليو. جيڪڏهن ائين ڪندا تہ سمجھو تہ اوهان سان اوهان جو خوف مددگار ٿيو آهي. جنهن اوهان کي ڪاميابيءَ واسطي متبادل رستي جي سوچ ڏني.

جڏهن ننڍو هوندو هئس تہ مان ماڻهن کان ڊڄندو هوس ۽ ڏاڍي لڄ ڪندو هوس. پوءِ مون فيصلو ڪيو تہ مان خوف جو مڙس ٿي مقابلو ڪندس ۽ ان خوف کي دور ڪرڻ لاءِ ڪجھہ نہ ڪجھہ ڪندس. پوءِ جڏهن بہ مونکي موقعو ملندو هو تہ ڪن ماڻهن سان وچي ڳالهائيندو هوس. مون سمجھيو تہ مون کي ائين ڪرڻ سان ڪجھہ ڏيڻو تہ ڪونہ ٿو پوي. تنهن ڪري مان وچي ساڻن ڳالهائيندو هوس. مان کين کلائيندو ۽ ڪجائيندو هوس ۽ اهڙيون حرڪتون ڪري ڏيکاريندو هوس جيڪي هنن ڪڏهن ڪونہ ڏٺيون هيون. ان کان پوءِ مون ماڻهن کان خوف ڪائڻ ڇڏي ڏنو. مان پنهنجي خوف کي ختم ڪرڻ لاءِ خوف کي هٿيار طور ڪم آندو. هاڻي مان پنهنجي ڳالهائڻ جي اهليت وسيلي، پنهنجو پيٽ گذر بہ ڪري رهيو آهيان.

ڪڏهن اوهان اهڙو بهانو ڪندا آهيو يا اهڙي ڪارڪردگيءَ جو مظاهرو ڪندا آهيو جو محسوس ٿيندو آهي تہ اوهان کي گھڻا خوف خطرا ڪونہ آهن. ٿيوڊور روز ويلٽر لکيو آهي تہ، ”شروعات ۾ آءٌ هرشيءَ کان ڊڄندو هوس. پر پنهنجي هلت چلت وسيلي ائين محسوس ڪرائيندو هوس تہ مان ڪنهن شيءَ کان ڪونہ ٿو ڊڄان. ان کان پوءِ هوريان هوريان سڀ خوف ختم ٿي ويا. جيڪڏهن ماڻهو چاهن ٿا تہ اهو تجربو بہ ڪري ڏسن.“

توهان بہ خوف مٿان غالب پوڻ خاطر اهو ساڳيو تجربو پڻ ڪري سگھو ٿا. پاڻ کي مجبور ڪري اهڙو مظاهرو ڪريو تہ اوهان ڇڻ ڪنهن شيءَ کان ڪو خوف ڪونہ ٿا ڪريو. پر ڪنهن حقيقي خطري کي منهن ڏيڻ

ڪان اڳ اوهان جو خوف ختم ٿي چڪو هوندو. مان ورهين تائين اهڙي خوف ڪي ئي خوف ختم ڪرڻ جي هشيار طور ڪم آڻيندو رهيو هوس. اهو ساڳيو اصول اوهان جي مدد ڪري سگهي ٿو.

مون ڪي اهڙو ويساهہ ڪونہ آهي تہ اسان مان گهڻا ماڻهو حال ڪان ڏکل آهن. پر مستقبل جي اڃاتل خطرن جي خوف ۾ وڪوڙيل آهن. هتي اسان موٽي وري پريشاني يا ڳڻتي واري موضوع ڏانهن ٿا اچون. اها هڪ حقيقت آهي تہ جيڪڏهن اوهان حال جي سُرت ۽ سچيتائي جي ڀرگهور ڪندا تہ مستقبل پنهنجي سارسنڀال پاڻ ڪندو. "مستقبل جي اڻ ڄاتيءَ جي واقعن خود ڪيترو نہ پريشان ڪيو، جيڪي وري واقع ٿيا ئي ڪونہ." جيفرسن جو هي قول اڄ بہ ايترو ئي وزندار آهي، جيترو ڪيترا سال اڳ هو.

"توهان ڪي اهو احساس آهي تہ جيترو گهڻو اوهان سياڻي ڪان خوف ڪائيندا تہ اڄ وارو اوترو وقت خوشين ڪان پري رهندا. اوهان جيڪڏهن حياتيءَ مان خوشيون حاصل ڪرڻ ٿا چاهيو، تہ حياتيءَ ڪان نہ ڊڄو. اوهان هي رستو فقط هڪ ڀيرو گذاري سگهندا."

حياتيءَ جا ڪي اهڙا مسئلا آهن، جن ڪان اوهان ڪڏهن لنوائي ڪونہ سگهندا. هڪ پراڻي چواڻي آهي تہ، "هر حياتي ۾ ڪجهہ نہ ڪجهہ مينهن تہ ضرور وسڻو آهي." پوءِ اسان آسمان صاف هئڻ مهل ڇٽي ڇو کوليون؟

اوهان هفتي ۾ بہ ڏينهن هر خوف ڪان آجا ٿي گذاريو.

هن ڳالهہ جو حاصل مطلب اهو آهي تہ اوهان ڪنهن شيءِ ڪان ايترو نہ ڊڄو، جو اها اوهان ڪي ڪچو ڪائي وڃي. اوهان ان ڪي دل مان ڪڍي ظاهر ڪري ميدان تي آڻيو، انهيءَ لاءِ تہ اوهان ان ڪي ختم ڪرڻ لاءِ ڪو سولو ڀهو ڪري سگهو. اوهان انهيءَ جو مڙسيءَ سان مقابلو ڪريو. گهڻن معاملن ۾ توهان ڪي ائين محسوس ٿيندو تہ اهو خوف تہ ٻاراڻي ڳالهہ هئي.

مان سمجهان ٿو تہ موجوده دور ۾ سڀ ڪان وڌيڪ خوف، موتمار بيماري دل جي دوري ۽ ڪئنسر ۾ ٿيندو آهي. جيڪڏهن اوهان جي دل ۾ انهيءَ قسم جو خوف پيدا ٿئي تہ نفسيات جي ماهر ڪان مشورو وٺو ۽ اهو اوهان لاءِ وڌيڪ مفيد ثابت ٿي سگهي ٿو تنهنڪري غير ضروري خوف جي ڪابہ ضرورت ڪانہ آهي.

ڳالهہ ڪندا آهن تہ هڪ ماڻهو پنهنجي ڊاڪٽر وٽ ويو. ڇاڪاڻ تہ ڪيس خيال آيو هو تہ هو ڪئنسر جي مرض ۾ مبتلا آهي. ڊاڪٽر ڪانئس

پڇيو تہ، ”توکي کو سور درد آهي؟“ تنهن تي ڏکل مريض وراڻيو ”نہ.“ ان کان پوءِ وري ڊاڪٽر ڪائنس سوال ڪيو تہ، ”تنهنجو وزن مسلسل گهٽجي رهيو آهي؟ ڊاڪٽر جو سوال ٻڌي هن وراڻيو تہ، ”وزن گهٽجڻ بدران هڪ ٻہ پائونڊ وڌي ويو آهي.“ اهڙي جواب تي ڊاڪٽر ڪيس چيو تہ، ”پوءِ توکي ڪيئن احساس ٿيو تہ تون ڪئنسر جي مرض ۾ مبتلا آهين؟“

مريض چيو تہ، ”مون ڪٿي پڙهيو آهي تہ ڪئنسر مرض جي ڪا خاص سڃاڻپ ڪانہ آهي. تنهن ڪري مان سمجهان ٿو مون کي بہ اهو مرض آهي.“

لاعلاج بيماري جي خوف ڪري ماڻهو هرجي بيمار ٿي پوندو آهي، جيڪا تڪليف اصلي بيماريءَ ۾ ڪانہ هوندي. پر جيڪڏهن اهڙو خوف هوندو تہ ماڻهو ڊيڪارڻ لاءِ ڊاڪٽر وٽ ويندو رهندو. جيڪڏهن اوهان سچ ۾ اهڙا مريض آهيو ۽ اوهان اهو ڪجهہ ڪريو ٿا جيڪو اوهان کي ڪرڻ گهرجي تہ پوءِ اوهان اهڙي بيماريءَ کان خوف ڪرڻ ڇڏي ڏيو. ڇاڪاڻ تہ اها لاعلاج بيماري آهي.

اوهان ڪئنوفوبيا Kainophobia جا مريض تہ ڪونہ آهيو، جيڪي هر نئين شيءِ کي استعمال ڪرڻ کان پيا ڇرڪندا ۽ خوف کائيندا آهن؟ ماڻهو نئين شين کان ڏڄندا آهن. جيڪڏهن ائين نہ هجي ها تہ هن لفظ جوڙڻ جي ضرورت بہ ڪانہ ٿئي ها. مُنهنجي گهرڌياڻيءَ کي هوائي جهاز ۾ سفر ڪرڻ جو سالن تائين موقعو ڪونہ مليو ها. هن ڪڏهن بہ جهاز ۾ سفر ڪونہ ڪيو هو. جڏهن بہ ساڻس اهڙي سفر بابت ڳالهائيو هو تہ گهبرائجي ويندي هئي. هن پيري اسان کي پنهنجي فن جي مظاهري ڪرڻ جي دعوت ملي، جنهن کان انڪار ڪرڻ عقلمنديءَ جي ڳالهہ ڪانہ هئي. هن دعوت قبول ڪرڻ جو مطلب اهو هو تہ اسان کي اهو ڏکيو سفر هوائي جهاز ذريعي ڪرڻو هو. ان سفر دوران منهنجي گهر واري وسوڙي ويئي هئي ۽ الائي ڪهڙيون دعائون پئي گهريائين ۽ خوف ۾ سُسِي سوڙهي ٿي وئي هئي. نيٺ قصو ڪوتاهہ تہ هاڻي هوءَ هوائي جهاز کان سواءِ سفر ڪرڻ کان پئي لهرائيندي آهي ۽ چوندي آهي تہ اهو سفر ڏاڍو آرامده ۽ سولو آهي ۽ خراب موسم ۾ ايترو ڏکيو سفر ڪرڻ مناسب نہ آهي وغيره وغيره.

اوهان نين شين جي استعمال کان ڏڄي خوشيءَ ۽ مسرت کان نہ پڄو. اهڙي ڪم کان بہ نہ ڇرڪو. جيڪو اوهان اڳ ڪيو ئي ڪونہ آهي. اوهان ڏکيو سکيو، هڪ ڀيرو شروع تہ ڪري ڇڏيو پوءِ سوچيو تہ اها واقعي خوف کائڻ جهڙي شيءِ هئي يا نہ. مون هن ڪتاب جي ”سکون“ واري باب ۾ لکيو

آهي تہ، اوهان انهن ماڻهن جيان نہ ٿيو جيڪي رڳو سدائين خاموش تماشائي هوندا آهن. پر جڏهن اوهان دل مان خوف ڪڍي ڪم جي شروعات ڪئي تہ، ان گهڙيءَ اوهان کي احساس ٿيندو تہ ”جنهن شيءِ کان مان خوف کائي رهيو آهيان، سا تہ ڏاڍي مزيدار آهي.“

پريشانيءِ خوف جي موضوع تي ڪيترا ڪتاب موجود آهن. مان سمجهان ٿو تہ جيڪڏهن اوهان نفسيات جي ماهر کي پنهنجي غير مناسب خوف بابت ٻڌائيندا تہ هو تعجب ۾ پئجي ويندو. پر اهڙي قسم جي خوف کي ”رابرٽ برڊيٽ“ جيان سمجهڻ کپي. هو لکي ٿو تہ، ”هفتي ۾ ٻہ ڏينهن اهڙا هوندا آهن جو آءُ ڪابہ پريشاني دل ۾ ڪونہ آڻيندو آهيان. اهي ٻہ ڏينهن آئون هر خوفءِ خطري کان پري گذاريندو آهيان، جن مان هڪ ڏينهن ڪلهہ وارو ءِ هڪ ڏينهن سڀاڻڪو هوندو آهي.“

باب ايڪيهون

منفي سوچ جي جڳهه تي مثبت سوچ ۽ مثبت عمل هئڻ کپي

پٽ: امان! سڀاڻي جيڪو اسڪول ۾ امتحان ٿي رهيو آهي، مان سمجهان ٿو ته ان ۾ پاس ڪونه ٿي سگهندس.
ماءُ: پٽ! هيءَ ڳالهه ياد رک. تون هيئنر کان مثبت سوچڻ سک.
پٽ: ها امان! مون کي پڪ آهي ته مان پاس ٿي ڪونه سگهندس.

هن ڪتاب لکڻ کان اڳ مون ڪجهه ٿوري گهڻي تحقيقي ڪئي هئي ۽ مثبت سوچ تي گهربل مطالعو ڪيو هيم. انهيءَ دوران مون کي معلوم ٿيو ته مثبت سوچ اها آهي جيڪا "اڄ" سان تعلق ۾ رهندي هجي. مون کي ماڻهن سان مثبت سوچ بابت ڳالهايو ۽ کين ٻڌايو ته مثبت سوچ اڪسير آهي جيڪا هر ننڍي وڏي مسئلي جو هڪ تڪ علاج آهي.

مهرباني ڪري اوهان مون بابت ڪو غلط خيال قائم نه ڪجو. مثبت سوچ هڪ بهتر شيءِ ته ضرور آهي، پر مون هن موضوع تي جيڪي ڪتاب پڙهيا، تن ۾ مون کي مثبت عمل جو ڪٿي به ذڪر نظر ڪونه آيو. اها ڳالهه مون کي سمجهه ۾ ڪانه آئي ته ماڻهو پنهنجي ڪمري ۾ واڙيو وينو هجي ۽ سارو ڏينهن وينو مثبت نموني سان سوچيندو رهي ته ڪيس ان مان ڪارج رسندو! اوهان مون سان ان ڳالهه ۾ ضرور سهمت ٿيندا ته جيڪڏهن سارو وقت پيو مثبت نموني سان سوچبو ته ڪا شيءِ حاصل ڪرڻ لاءِ ڪهڙو وقت بچندو؟

مٿي اهڙو ذڪر ٿي چڪو آهي ته مثبت سوچ جو "اڄ" سان تعلق آهي ۽ اڄ وارن مسئلن جو حل آهي. جيڪڏهن اوهان ماضيءَ بابت سوچي رهيا آهيو ته توهان ماضيءَ جي ڪن ڏکوئيندڙ واقعن کي ياد ڪرڻ ۾ گم آهيو. مستقبل باب سوچڻ ويچارڻ معنيٰ ڪنهن مسئلي بابت اڳواٽ فڪر ڪرڻ آهي. ڪن مسئلن بابت مناسب وقت تي سوچڻ وڏيڪ صحيح هوندو آهي.

پوءِ اوهان اهڙن مسئلن تي ڇو نہ ٿا سوچيو ويچاريو، جن کي حل ڪرڻ جي هن وقت ضرورت آهي؟

توهان کي ڪي اهڙا مسئلا درپيش آهن، جيڪي اوهان لاءِ هاڻي حل ڪرڻ لازمي آهن. تنهن ڪري اوهان اڳتي وڌو ۽ انهن لاءِ ڪجهہ ڪريو.

جيڪڏهن اوهان اهو سوچي رهيا آهيو تہ توهان کي مستقبل ۾ ڇا ڪرڻو آهي. ان جي معنيٰ اها ٿيندي تہ اوهان کي اها خبر ڪانہ آهي تہ توهان کي اها ڄاڻ ئي ڪانہ آهي تہ انهن مسئلن کي حل ڪهڙي طريقي سان ڪجي؟

يقين ڪريو مان انهيءَ ڳالهہ جو حامي ڪونہ آهيان تہ اسان کي ڪنهن ڪم لاءِ اڳواٽ ڏيان نہ ڏيڻ گهرجي. پر هن مان امڪاني ڳالهہ اها سمجهڻ گهرجي تہ اسان کي منفي سوچ مان جند ڇڏائڻ گهرجي، جيڪڏهن ائين ڪبو تہ مثبت سوچ ازخود اهو ڪم پاڻ ڪري ڇڏيندي.

خيال ڪنهن ڪم جي سرگرمي سان لاڳاپيل هئڻ لازمي آهن.

هي ڪم ايڏو سولو ڪونہ آهي، جهڙي ريت اسان کي ڏسڻ ۾ اچي رهيو آهي. مان سمجهان ٿو تہ گهڻا ماڻهو اهڙا آهن، جن کي منفي سوچ مان جند ڇڏائڻ واسطي نفسيات جي ماهر کان مدد طلب ڪرڻي پوندي. ڪن معاملن لاءِ مان سوچيان ٿو تہ جيڪڏهن ڪنهن ماڻهوءَ ۾ عقل سليم ۽ ٿوري گهڻي ارادي جي قوت آهي تہ اهو منفي سوچ کان سولائيءَ سان جان آجي ڪري سگهي ٿو. ڊاڪٽر ڪيرن هورني Koren Horney جو خيال آهي تہ، فقط تجزبي ڪرڻ سان اندروني يا داخلي تضاد ختم ڪري ڪونہ ٿا سگهجن. زندگي بذات خود هڪ وڏيڪ اثرائتي علاج جي ماهر آهي. منهنجو هن ڳالهہ ڏانهن اشارو ڪنهن شديد اعصابي مريض ڏانهن ڪونہ آهي، جنهن لاءِ وڏي نفسياتي علم، وڏي ماهر جي مدد جي ضرورت آهي ۽ ان مسئلي جو واحد حل اهو آهي."

"جيڪڏهن ماڻهو عقلمند آهي پريشاني ۽ دٻاءُ معمولي آهي تہ ان جو نفسياتي علاج بہ اهڙي نموني جو هئڻ کپي." ڊاڪٽر جارج اسٽيونسن جو خيال آهي تہ پريشاني ۽ دٻاءُ بڪ ۽ اڄ جيان زندگيءَ جو لازمي حصو هوندا آهن. انهيءَ لاءِ منهنجو چوڻ آهي تہ منفي سوچ کي لت هڻي ٻاهر ڪڍي ڇڏيو. جيڪڏهن اوهان والٽيئر Voltaire کان صلاح وٺو ها تہ هو اوهان کي اهو ٻڌائي ها تہ "اوهان جيترو ڏکهو عرصو مصيبتن ۾ گذاريندا، اوتري وڏي نقصان ۾ پوندا."

جيڪڏهن اوهان ڪي ڪجهه ڪرڻو آهي ته پوءِ اوهان هيڪ ۽ هتر واري وبا کان پاڻ کي آجو رکو. ان وقت جيڪو به اوهان کي بهتر نظر اچي ائين ڪرڻ شروع ڪري ڏيو. توهان انهي ڪاپاري ۾ نه پئو ته توهان کان اهو ڪم صحيح ٿيندو الائي غلط. توهان کي اها خبر آهي ته انسان وڏ کان وڏ پنهنجي غلطين مان سکندو آهي؟ ڪيترن معاملن ۾ جيڪڏهن اوهان غلطيون ڪيون به هونديون، پر اوهان کي پوءِ به ڪم ڪرڻ کان پوءِ خوشي محسوس ٿيندي. توهان کي ڊاڪٽر وليم جي رئلي Dr William J. Reilly جو قول ياد رکڻ گهرجي ته، " اهو ماڻهو غلطيون نه ڪندو آهي، جيڪو ڪوبه ڪم ڪونه ڪندو آهي ۽ سيني کان وڏي ۾ وڏي غلطي اها آهي."

منفي ۽ مثبت سوچ جي وچ ۾ هڪ مناسب واسطو ضرور هئڻ کپي. بنهي ۾ گهڻو اڳتي وڌي وڃڻ نه گهرجي. مثال طور ماڻهو مصيبتن ۾ ايڏو مايوس ۽ خود غرض نه هئڻ گهرجي جو سوچڻ شروع ڪري ڏئي ته اهڙيون مصيبتون فقط منهنجي لاءِ چو آهن.

ماڻهو وري ايترو به خوشفهمي ۾ مبتلا نه هجي جو ويهه ماڙ جڳهه تان هيٺ ڪري ۽ جڏهن اٺويهين ماڙ جي دريءَ کان گذري ته چوي ته آئون ته بلڪل ٺيڪ آهيان. اها ته بيجاءِ خوشفهمي آهي.

اوهان منفي سوچ ۾ اجايو وقت نه وڃايو. مچيگان اسٽيٽ يونيورسٽي جي ڪيل تحقيق مان پتو پوي ٿو ته اوهان مسئلي جي حل لاءِ رٿابنديءَ ۾، مسئلي جي حقيقي حل کان وڌيڪ پنهنجي دماغ ۽ طاقت کي استعمال ڪريو ٿا.

مهرباني ڪري اوهان ڪنڌ ڌوڻي مون سان هن ڳالهه ۾ متفق نه ٿيو. اهڙي ريت ڪم ڪريو جهڙيءَ ريت اوهان اڄ تائين ڪندا آيا آهيو ۽ هن قسم جا خيال آزمائڻ لاءِ ضروري ڪوشش ڪريو.

جيڪڏهن منهنجو هنن ۾ ويساهه نه هجي ها مان هي ڪتاب ڪڏهن به ڪونه لکان ها. اهڙيون سوچون ۽ ويچار منهنجي دماغ ۾ اڳئي موجود هئا. اهي خيال هن ريت هئا: مون کي اها ڄاڻ ڪانه هئي ته پنهنجن خيالن کي لفظن جو روپ ڏئي سگهندس الائي نه! پتو نه آهي ته صحيح نموني سان لکي سگهندس الائي نه! اهو به خيال اچي رهيو هو ته ماڻهو هن ڪتاب ۾ دلچسپي وٺندا الائي نه! مون کي اها به پڪ ڪانه هئي ته ڪتاب شروع ڪٿان ڪيو وڃي؟

مٿي بيان ڪيل پوئين مسئلي کي ته مان سولائيءَ سان حل ڪري ويس. اها حقيقت آهي ته ڪنهن به ڪم کي همت سان شروع ڪجي ته پوءِ سڀ

سڄائي تي وڃي ٿي. جيڪڏهن آئون ڪم شروع نہ ڪريان تہ منفي قسم جي خيالن ۾ ڦاٿو پيو هجان ها. هيءَ مشهور چوڻي آهي تہ، ”ڪم شروع ڪرڻ سان اڌ ڪم مڪمل ٿي ويندو آهي.“

منهنجو ڪم ڪرڻ وسيلي سکڻ ۾ وڏو ويساهہ آهي. مان پنهنجي سپنن کي ساڀيان جو روپ ڏيڻ ۾ سوڀارو ٿيس ۽ هي ڪتاب لکيم، جيڪو منهنجو هڪ سهڻو سپنو هو. پر جيڪڏهن آئون هن کي لکڻ شروع ئي نہ ڪريان ها، تہ پنهنجي خيالن کي ڪتابي روپ ڏئي ڪونہ سگهان ها. مان سمجهان ٿو تہ شروع ڪرڻ سان سوچ ۽ ڪم ڪرڻ، هٿ هٿ ۾ ڏئي هلندا آهن. توهان بہ ائين ڪري گهڻو ڪجهہ ڪري سگهو ٿا.

انهن روڪن ۽ رنڊڪن جو موجود هجڻ بہ ڪنهن مقصد سان هوندو آهي.

اسان هائي موتي مثبت عمل ڏانهن اچون ٿا. توهان ڪرڻ تہ گهڻا ڪم چاهيندا آهيو، پر ناڪامي جي خوف ڪان انهن ۾ هٿ ڪونہ وجهندا آهيو. توهان کي اهو بہ ڊپ هوندو آهي تہ انهيءَ ڪم ۾ تمام گهڻيون اٽانگايون ۽ رنڊڪون آهن. پر هتي هڪ اهڙو ماڳ بہ آهي، جتي مثبت سوچ اسان جي مدد ڪندي آهي. اوهان کي هيءَ ڳالهہ ياد ڪرڻ ۽ پڪ سمجهڻ گهرجي تہ اهڙين ڏکيائن مٿان غالب ٿي وڃڻ بہ هڪ نئين ڪم سکڻ جو حصو آهي.

جيڪڏهن اوهان هن سچائيءَ ۾ سگهارو ويساهہ رکندا تہ توهان کي ساري زندگي ڏکن ڏاکڙن بابت ڳڻتي ڳاراڻي ڪرڻ جي ضرورت ئي ڪونہ پوندي. جيڪڏهن اوهان پاڻ بہ اهڙين ڳالهين جي ڇنڊڇاڻ ڪندا تہ اوهان کي ساڳي ڳالهہ محسوس ٿيندي. اوهان ان شيءِ لاءِ مثبت طريقي سان سوچيو، جنهن کي اوهان ساري زندگيءَ ۾ حاصل ئي ڪري ڪونہ سگهيا آهيو، ۽ اهو خيال نہ ڪريو تہ اها نتيجہ سمان معمولي آهي يا اهم. اوهان انهن مشڪلاتن ۽ مصيبتن کي ياد ڪريو، جيڪي اوهان کي ڪنهن ڪم ڪرڻ دوران آڏو آيون هيون ۽ اوهان ڪوشش ڪري انهن منجهان پار اڪري ويا هئا. اوهان ايمانداريءَ سان ٻڌايو تہ ڇا اوهان هرهڪ ڏک ڏاکڙي مان ڪو سبق ڪونہ سکيو هو؟ جيڪڏهن اوهان ٿورو بہ سوچيندا تہ مون سان هن ڳالهہ ۾ ضرور سهمت ٿيندا.

ڊبليو. ايم. پنشن W. M. Punshon انهيءَ ڳالهہ کي هن طريقي سان بيان ڪيو آهي تہ اوهان جي راهہ ۾ ڪيئي مشڪلاتون ۽ مصيبتون آهن، پر

اوهان اهڙن ڏکن ڏاڪڙن جا ٿورا مڃيو. اهي اوهان جي مزاحمتي قوت کي پرکڻ جي ڪسوٽي آهن. ائين ڪرڻ سان اوهان ڪهڙين به مشڪلاتن ۽ مصيبتن ۾ جمي بيهي رهندا ۽ مڙسيءَ سان مقابلو ڪندا.

پر ناڪام ماڻهوءَ جو ڇا ٿيندو؟ ڪيس ڪهڙو فائدو رسندو؟ ڪيس پنهنجي ساري حياتيءَ جي هڪ انوکي سگهه ملي ويندي. انسان جي اصلي خوبي فتح ڪانه هوندي آهي. پر ڏنو ويندو آهي ته هن ڏکن ڏاڪڙن سان ڪهڙي سهپ ۽ مڙسيءَ سان منهن ڏنو آهي؟ ان لاءِ سوڀ يا هار هڪ ڳالهه هوندي آهي. عزت جو تاج ڪيس انهي ڪري پارايو ويندو ته اوچو ڳاٽ ڪري هن ڪهڙيءَ مڙسي سان مُهاڏو ڏنو آهي؟

ڪم کي سٺي طريقي سان ٿيڻ جي اوهان کي ڳڻتي ڇو آهي؟ ڪو ڪم پهريائين ڪرڻ سکڻ برابر هوندو آهي. جيڪڏهن اهو صحيح طريقي سان نه به ٿيو ته ڪا وڏي ڳالهه ڪانه آهي، فرض ڪريو ته اوهان سمجهو ٿا ته ڪوشش ڪرڻ ناداني آهي. ڇاڪاڻ ته اوهان سمجهو ٿا ته اهو ڪم اوهان جي وِت ۽ وس کان ٻاهر آهي ۽ اوهان کي اهو ڪم صحيح طريقي سان ڪرڻ ايندو ئي ڪونه، پر پهريائين ته ڪو ڪم سکڻ. ڪم جي بهترين سکيا جو قرباني ڪائڻ وارو لچڪدار تختو Spring Board آهي. ٻي ڳالهه اها آهي ته توهان کي ڪنهن ٻڌايو ته اوهان هي ڪم ڪري ئي ڪونه سگهندا. ايلمر ويلرَ Elmer Wheeler اسان جي ملڪ جو وڏي ۾ وڏو سيلسمئن آهي. سندس چوڻ آهي ته، ”مان نه ٿو ڪري سگهان“ ڪا حقيقت ڪانه آهي. پر هڪ خيال آهي ۽ ائين خيال ڪرڻ وارو ماڻهو ڪيترو صحيح آهي يا غلط تنهن جو ته پتو ڪونه آهي. ليڪن ان لاءِ هڪ عام مثال ڪافي آهي ته هڪ نوجوان کان پڇيو ويو ته پيانو وڄائي سگهندين؟ تنهن تي هن جواب ڏنو ته، ”مون کي پتو ڪونه آهي ته مان وڄائي سگهندس الائي ڪونه! مون ڪڏهن ڪوشش ئي ڪانه ڪئي آهي.“ نظر اچي ٿو ته اهو نوجوان مناسب عقل وارو ماڻهو هو.

مون هن موضوع تي ته، ”ماڻهو خوش ڪيئن رهي يا ڪامياب زندگي ڪهڙي طريقي سان گذاري؟“ هڪ مڪمل ڪتاب پڙهيو هو جنهن جو اختصار هڪ فقري ۾ بيان ڪري سگهجي ٿو. هن مون کي ٻڌايو ته ”توهان پنهنجي دماغ جي اک سان ڏسو ته مان ڇا ڪري سگهان ٿو.“ جيڪڏهن اوهان سرمائيدار ٿيڻ ٿا چاهيو ته اهو سوچيو ته اوهان ائين ڪري سگهو ٿا. جهڙيءَ ريت سرمائيدار ڪندو آهي يا پنهنجي زندگي، ڪم ڪرڻ ۽ سرمائيدار جيان هلڻ چلڻ اوهان لاءِ ممڪن آهي؟ هن جو مطلب اهو ٿيندو ته

اوهان پاڻ کي سرمائيدار سمجهڻ شروع ڪري ڇڏيو.

اهو هن چواڻيءَ جو ڇڻ هڪ ٻيو روپ آهي تہ "مثبت سوچيو" مان يقين سان چئي سگهان ٿو تہ ان ڪتاب جي مصنف جو چوڻ هوندو تہ دماغي اک سان ڏسڻ ڪنهن ڪم ڪرڻ ڏانهن اشارو ڪري ٿو. منهنجو مشورو آهي تہ اوهان پنهنجي پوري طاقت لڳايو، پر ٿورو سوچيو Think Thin. پر جيڪڏهن اوهان گهڻو کائيندا تہ وزن کان وڌيڪ ٿلها موٽا ٿي پوندا.

هن خاص موضوع تي شيڪسپئير جا لفظ هن ريت ڏسڻ ۾ اچن ٿا تہ "شڪ اسان سان دغا ڪندو آهي. اسان ڊپ ڪري شروعات نہ ڪندا آهيون ۽ ماٺ ميٺ ۾ سٺيون شيون هارائي ويندا آهيون، جيڪي جيڪڏهن ڪم جي شروعات ڪريون ها تہ حاصل ڪري وٺون ها."

توهان سمجهو ٿا تہ منهنجو مطلب ڇا آهي؟ اوهان جڏهن ڪوشش ئي ڪونہ ڪندا آهيو تہ پوءِ ڪيئن سمجهندا آهيو تہ اوهان ڪامياب ڪونہ ٿيندا. جيڪڏهن اوهان ڪم ڪرڻ جي هڪ پيرو ڪوشس ڪري ڏٺي تہ پنهنجي ڪاميابي ڏسي حيران ٿي ويندا. هن ۾ ڪنهن شرم جي ڳالهہ ڪانہ آهي جو اوهان ڪنهن ڇاتل سڃاتل ڪم ۾ ناڪام ٿيو. انهيءَ وسيلي اوهان کي پتو پئجي ويندو تہ اوهان ڪم جي شروعات ڪئي. اُن کان پوءِ اوهان پنهنجي قوت ڪنهن ڪم ۾ ڪتب آڻي سگهو ٿا. پڪ سمجهو تہ اهڙيءَ ريت اوهان جون ڪاميابيون ناڪامين کان وڌي وينديون.

پر اوهان کي ناڪاميءَ جي ڪڏهن بہ اڻ تڻ ۾ اونو نہ هئڻ کپي. جيڪڏهن اوهان کي احساس آهي تہ اوهان گهربل ڪم ڪري ڪونہ ٿا سگهو يا اوهان کي انهي ڪم ڪرڻ جيتري سمجهہ ڪانہ آهي يا اوهان ان ڪم ڪرڻ جو پاڻ کي اهل ڪونہ ٿا سمجهو، تہ انهيءَ صورت ۾ سينيٽر جارج. ايف. هور Fcorge. F. Hoar جي چيل هڪ اهم ڳالهہ ياد رکو. سندس چوڻ آهي تہ "دنيا جو بهتر ڪم اهڙن اڻوڄهہ ماڻهن جو آهي، جن انهيءَ کي صحيح طريقو اختيار ڪرڻ سان توڙ پڄايو آهي."

هيءَ ڳالهہ ڪنهن شخصي سوچ سان تعلق ڪانہ ٿي رکي. اهم نقطو اهو آهي تہ دنيا جا مکيہ ڪم فقط انهيءَ ڪري رهجي ويا جو ماڻهو پنهنجي سوچ کي ناڪاميءَ جي ڊپ کان عملي روپ ڏئي ڪونہ سگهيا. اهو ضروري ڪونہ آهي جو مان انهن سوچڻ وارن ڏاهن ماڻهن ۽ موجدن بابت اوهان کي ياد ڏياريان جن تي ابتدا ۾ تہ ٺٺولون ۽ ڏنڪون ڪيون ويون هيون، پر هنن هر مشڪل کي منهن ڏئي ڪاميابيون ماڻي ورتيون. اها هڪ انساني اوڻائي

آهي، جو نون خيالن ۽ ڪوشش تي چٿرون ڪندا آهن.

اوهان هڪ شيءِ ضرور ڪريو ته اوهان نئون ڪرڻ وارن تي وڏا ٺهڪ ڏئي ڪلو ۽ اوچو ڳاٽ ڪري اڳتي وڌو ۽ اوهان جيڪو به صحيح سمجهو بنا هيڪ جي ڪريو.

مون کي غلط نه سمجهو، مان اوهان کي مجبور ڪونه ٿو ڪريان ته اوهان ڪردار، فڪر ۽ عمل جي رائج اصولن جي پابندي نه ڪريو ۽ غير مقلد Non Conformist بڻجي وڃو. اهو سڀ اوهان جي سوچ فڪر تي مدار ٿو رکي. مان ته فقط اوهان کي هي مشورو ڏئي رهيو آهيان ته توهان لاءِ بهتر آهي ته اجاين پريشانين کان بچو ته ٻيا ماڻهو اوهان لاءِ ڇا ٿا سوچن. منهنجو هن ڳالهه تي زور آهي ته اوهان سوچيو ۽ حقيقت کي ڳولي لهڻ جي ڪوشش ڪريو ۽ جنهن تي به سوچيو ٿا، ان تي گهرو سوچيو.

پنهنجي هر فرض کي للڪار سمجهو ۽ ان کي پوري ڪرڻ لاءِ جوش ۽ جذبي سان ڪم ڪريو.

ڪي فرض ڏسڻ ۾ خوبصورت ڪونه ايندا آهن ۽ اوهان کي سرانجام به ڪرڻا پوندا آهن. جيڪڏهن اوهان انهن کي پنهنجي للڪار سمجهندا، ته اهي اوهان کي سرانجام ڪرڻ ۾ ڏاڍا سولا لڳندا. اهڙو خيال منهنجي لاءِ ڏاڍو فائيديمند ۽ مددگار ثابت ٿيو هو. مان هن قسم جي خيال کي پاڃتيءَ کان وٺي ڪتب آڻيندو رهيو آهيان. مان سمجهان ٿو ته اهو خيال اوهان لاءِ مفيد آهي.

توهان پنهنجو پاڻ سان شرط ٻڌايو ته مان هيُ ڏکيو ڪم ڪري سگهان ٿو يا هن خاص صورتحال کي چڱيءَ ريت منهن ڏئي سگهان ٿو. مان ليڪچر ڏيندو يا پنهنجي حافظي جي طاقت جو مظاهرو ڪندو آهيان ۽ انهيءَ دوران ڪجهه به واقع ٿي سگهي ٿو. مونِ پنهنجي تجربي جي آڌار تي ڪيئي ڏکيا ڪم ڪري ڏيکاريا آهن، ڪڏهن ڪڏهن اهڙا سامعين هوندا آهن، جن جو مون سان دوستاڻو رويو ڪونه هوندو آهي.

ڪجهه سال ٿيندا جو مان پنهنجي سامعين مان هڪ اهڙو ماڻهو ڏٺو، جنهن جو رويو نه سهڻ جهڙو هو. مون کي دل ۾ آيو ته جيڪر نڪري هليو وڃان!

پيٽ ۾ چڻ ولهوٽا پئجي رهيا هئا ۽ تڏو ڀگهر اچڻ شروع ٿي ويو هو ۽ مان چڻ ڏڄي ويو هوس. مون کي هن ريت خيال اچڻ لڳا هئا! ”مان اهڙيون جنيون آخر ڇو سهان؟ مان عام قسم جي مظاهري ڪرڻ وارن فنڪارن مان ڪونه آهيان. مون کي گهڻو معاوضو ڏئي گهرايو ويندو آهي. مون کي هن جي

ضرورت نہ آهي؟ جيڪڏهن مون ڏانهن ڪو ڏيان ڪونہ ٿا ڏين تہ سندن مرضي، انهيءَ ۾ منهنجو ڪو نقصان ڪونہ آهي. جيڪڏهن اهي مون ڏانهن ڪو ڏيان ڪونہ ٿا ڏين تہ هن قسم جي وندر لاءِ مون کي وڏو معاوضو ڇو ٿا ڏين؟

آخر مون کي محسوس ٿيو تہ اهڙي سوچ ان سان تعلق رکي ٿي جيڪا بلڪل بيڪار آهي. اهو منهنجو پلو آهي. سامعين ڄاڻن. سامعين جو ڪم ڄاڻي. اهڙي سوچ ويچار کان پوءِ مان پنهنجو ڪم شروع ڪري ڏنو. سامعين کان سواءِ ڪي ٻيا ماڻهو بہ هن قسم جي مظاهري سان لاڳاپيل هئا. جن ۾ مئنيجر، ايجنٽ، ڪميٽيءَ جو چيئرمين وغيره ۽ مون کي پنهنجو مظاهرو جاري رکڻ کان سواءِ ٻيو رستو ڪونہ هو.

مون کي بہ اهڙي ڪاوڙ اچي وئي جو دل ۾ چيم جيڪر اسٽيج تي چڙهي اهڙن سامعين کان نفرت جو اظهار ڪريان، جيڪي وري منهنجي مظاهري ۾ ڪڏهن بہ شريڪ نہ ٿين.

پر اهڙي قسم جا ماڻهو ٿورا هئا ۽ ٿيندا بہ ٿورا آهن ۽ هي اهي هئا جيڪي مون کي ياد هئا. مون کي ڄڻ دماغ ۾ ڇهتي پيا هئا. جن مون کي ڏادو ڪاوڙائي ڇڏيو هو.

ٿوري وقت کان پوءِ آئون ٺيڪ ٿي ويس. ان ٻڌندڙ جي اڻ سوهندي رويي کان پوءِ ڪاوڙ اچڻ بعد جڏهن مان ٿڌو ٿيس تہ هن قسم جي سوچ اچڻ لڳي تہ گهڻا سامعين جن آڏو مان پنهنجي فن جو مظاهرو ڪندو آهيان، سي بلڪل سٺا هوندا آهن ۽ اهڙن ماڻهن آڏو پنهنجي فن جو مظاهرو ڪندي خوشي بہ ٿيندي آهي. هي اهڙي قسم جا سامعين هئا جو مان هن اٿوٺندڙ واقعي کان پوءِ کين وڌيڪ پسند ڪرڻ لڳو هوس. هنن اهنڌ سامعين کي مان سڌو بہ ڪري سگهان ٿو. مان هڪ مڃيل فنڪار آهيان ۽ شايد هيءَ منهنجي مزاج ۽ جرئت جي پرک آهي. منهنجي لاءِ اها هڪ للڪار آهي. مان هن للڪار کان منهن ڪونہ موڙيندس. مون کي يقين آهي تہ مان هنن کي مات ڪرائي سگهندس. اهي سٺا ۽ مائيٽا ماڻهو آهن. مون کي پاڻ تي يقين آهي، مان کين مات ڪرائي سگهندس.

هتي ڄڻ تہ هڪ مختلف قسم جي دنيا نظر اچڻ لڳي. ان کان پوءِ مون کي محسوس ٿيو تہ هتي تہ ڪي اهڙا سامعين ئي ڪونہ آهن، جن مون کي مارڪٽ ڪئي هئي. پر ان وقت مان پنهنجو پاڻ کي شڪست ڏئي چڪو هوس.

مان هن کان اڳ پنهنجي فن جو ٻي ڊولو مظاهرو ڪري رهيو هوس، پوءِ

مان مائڪرو فون جي پرسان وڃي ويٺس.

مان للڪار سمجهي هرشيءَ ڏانهن گهوري ڏٺو، پوءِ منهنجي لاءِ هر چيز ڏاڍي سولي ٿيندي وئي. فن جي بهتر مظاهري ڪان پوءِ مون کي احساس ٿيو ته مون گهڻو ڪجهه حاصل ڪري ورتو آهي.

مان هنن ٽورڙن لفظن ۾ هڪ بنيادي خيال جو اظهار ڪري چڪو آهيان، يعني مثبت سوچ جڏهن عمل سان هٿ هٿ ۾ هلندا آهن تڏهن بهتر نظر ايندو آهي. جڏهن اوهان سمجهو ٿا ته هي ڪم ضرور ڪرڻو آهي پر اهو ناخوشگوار آهي ته پوءِ ان کي للڪار سمجهي شروع ڪريو. ائين ڪرڻ سان ڪي ناخوشگوار ڪم به ڏاڍا خوشگوار محسوس ٿيندا آهن ۽ انهن کي نبيڙڻ مسئلن جيان آسانيءَ سان پڇائي پورو ڪبو آهي.

اوهان جيڪڏهن چاهيو ته هر ڏکيو ڪم به آسان ٿي سگهي ٿو. اوهان پاڻ لاءِ ڪو وڏو ڏچو پيدا نه ڪريو. اهو ڪجهه ڪريو جيڪو ماحول مطابق هجي ۽ سٺو هجي. ٻي ڳالهه ته اوهان پنهنجي واتان هيءَ وائي نه ڪڍو ته، ”مان پنهنجا ننهن چوٽيءَ جا زور لاتا“ اهي لفظ ماڻهو ان وقت چوندا آهن، جڏهن ڪو ڪم نه ڪري سگهڻ جو بهانو ڏيندا آهن، يا نه جهڙو ڪم ڪري جان ڇڏائيندا آهن. اسان مان ڪيترا ماڻهو ٽِڪو پنجو ڪري ڪم مان هٿ ڪڍندا آهن ته اهي به چوندا آهن ته ”يار مان ته پنهنجي وت ۽ وس ڪان ڪونه گهٽايو پر بيوس بار ائن به ڇڏيا آهن.“ جيڪڏهن ڏسبو ته عملي طور اهو ڪم اڌ ۾ ڇڏيل هوندو آهي. تنهن ڪري جڏهن مان چوان ٿو ته، ”حالتن مطابق بهتر ڪم“ ته ان جو مطلب آهي پهرئين درجي وارو بهترين ڪم يا ٻئي درجي جو بهترين ڪم. جيڪڏهن اوهان ائين ڪندا ته پيشمان ٿي پڇتي ڪونه نهاريندا ۽ ان سان گڏ اوليورَ ويندل هولميس Oliver Wendell Holmes جو قول ياد رکو.

سندس چوڻ آهي ته ”حياتيءَ جو عظيم مقصد اهو آهي ته حياتيءَ کي سٺي طريقي سان گذاريو.“

باب ٻاويهون

اوهان ڪهڙي قسم جي ڪاميابي چاهيو ٿا؟

” ڪاميابي انعام آهي جيڪو ڪٿو آهي. سرگرمي ان ڏانهن ويندڙ رستو آهي. خوشقسمتي ان رستي سان بيٺل وڻن جي ڇانو آهي.“
(او. هينري)

ڪنهن به ماڻهوءَ لاءِ هڪ رات اندر لکپتي ٿي وڃڻ جو فقط هڪ رستو آهي ته وٽس ڪاميابيءَ جو اهڙو اصول هجي، جنهن جي ضمانت ڏنل هجي. مان به چاهيان ٿو ته مون وٽ به هدايتن جو هڪ اهڙو مڇلو هجي جو هن ڪتاب پڙهڻ واري يا انهن تي عمل ڪرڻ واري ڪي ڪاميابي نصيب ٿي وڃي.

پر بدقسمتيءَ جي ڳالهه اها آهي ته ائين ٿيڻ ناممڪن آهي. ان جو هڪ ڪارڻ اهو به آهي ته هتي ڪيترائي مڪتب فڪر آهن. هر مڪتب فڪر جو ڪاميابيءَ بابت پنهنجو هڪ مختلف نظريو آهي. لفظ ”ڪاميابي“ جي معنيٰ ڇا آهي؟ گهڻو پئسو، شهرت يا خوشي؟ ڪاميابي جي معنيٰ جي ته خود مون کي به خبر ڪانه آهي. ايترو سو ضرور ڄاڻان ٿو ته گهڻو پئسو، شهرت ته امڪاني شيون آهن ۽ انهن کي ماڻهو حاصل ڪرڻ ۾ ڪامياب به ٿي سگهي ٿو. پر جيتري قدر خوشي حاصل ڪرڻ جو تعلق آهي ته ان کي حاصل اڃا تائين ممڪن ٿي ڪونه سگهيو آهي. پر ڪي اهڙا خوشقسمت ماڻهو به آهن جيڪي نه دولتمند هوندا آهن ۽ نه وري مشهور و معروف، پر خوشيءَ ۾ مگن لڳا پيا هوندا آهن.

ڪاميابي بنيادي طور هڪ انفرادي نظريو آهي، هتي ڪي اهڙا ماڻهو به موجود آهن، جيڪي چون ٿا ته اسان ان وقت تائين خوش ڪونه ٿينداسون، جيستائين اسان مشهور يا دولتمند نه ٿينداسون يا هي ٻئي شيون هڪ ئي وقت اسان وٽ موجود نه هونديون. جيڪي ماڻهو دولت ۽ شهرت کان سواءِ خوش هوندا سي ئي حقيقي معنيٰ ۾ خوش هوندا ۽ رشڪ ڪرڻ جهڙا هوندا آهن. اهو سارو معاملو دماغ جو هوندو آهي. جيڪڏهن ڪنهن جو دماغ مڃي

تہ ماڻھو ھر حال ۾ ھر رنگ ۾ خوش رھي سگھندو آھي. تہ پوءِ ڪنھن کي بہ ائين چوڻ جو حق ڪونہ آھي تہ خوش ٿيڻ ڪاميابي نہ آھي؟

ڪاميابيءَ کي منفي انداز سان نہ ماپيو.

گھڻا ماڻھو ڪاميابيءَ جي معيار کي گذريل واقعن جي ماڻ سان ماپيندا آھن. انھيءَ جو نہ مون کي افسوس ٿيندو ۽ نہ وري خوشي. اسان ڪن ڪامياب ماڻھن جا مثال وٺندا آھيون ۽ سندن نقل ڪرڻ جي ڪوشش ڪندا آھيون. جھڙوڪ سٺو الف، اٺن سالن جي عمر کان وٺي ڪنل ڪڪڙن جي جيرن بڪين وڪڻڻ جو ڌنڌو ڪندو رھيو.

ھاڻي اھو ماڻھو دولتمند ۽ مشھور ماڻھو آھي. اوھان بہ جيڪڏھن دولتمند ۽ مشھور ماڻھو ٿيڻ چاھيو ٿا تہ ھن جيان اٺن سالن جي عمر کان وٺي ڪڪڙن جا جيرا بڪيون وڪڻڻ جو ڌنڌو ڪريو.

ھيءَ ڳالھہ تہ چڻ ھڪ يوڳ چرچو آھي. اھڙي ڳالھہ ٻڌي ماڻھو کلڻ لڳندا. مان اھڙن ڪيترن ماڻھن کي سڃاڻان ٿو جن جو اھڙو خيال ھوندو آھي تہ، انھن مان کي ڄاڻي ٻجھي ائين ڪندا آھن ۽ لاشعوري طور ائين ڪندا آھن. اھڙيون سڀ ڳالھيون اسان ڪاميابي ماڻڻ واسطي ڪندا آھيون. بہ ٽي سال اڳ مان اخبار ۾ ھڪ جھونڙي جو انٽرويو پڙھيو ھو، جنھن جي عمر 105 سال ھئي. جڏھن ڪانئس سوال پڇيو ويو تہ تنھنجي ايڏي ڊگھي عمر جو راز ڇا آھي؟ تہ ھن جواب ۾ چيو تہ ھو نہ شراب پئندو آھي ۽ نہ وري تماڪ واپرائيندو آھي. ھن وڌيڪ ٻڌايو تہ ابتدا ۾ ھو تمام گھڻو تماڪ ھو. پرپوءِ ھن اھا عادت ڇڏي ڏني.

اھو انٽرويو پڙھي مان ٿوري وقت لاءِ سگريٽ ڇڪڻ ڇڏي ڏنا، ان کان پوءِ وري ھڪ ٻئي جھونڙي جو انٽرويو پڙھيم، جنھن جي عمر 110 سال ھئي. ھن پنھنجي انٽرويو ۾ ٻڌايو تہ ھن پندرھن سالن جي ننڍي عمر کان وٺي سگريٽ ڇڪڻ شروع ڪيا ۽ اڄ ڏينھن تائين پيئندو پيو اچي.

مان اوھان کي سگريٽ ڇڪڻ يا ڇڏي ڏيڻ جو صلاح مشورو ڪونہ ٿو ڏيان، پر مان اوھان کي ٻڌائي رھيو آھيان تہ ڪاميابي کي ماضيءَ جي واقعن سان ڪھڙيءَ ريت ماپيو ويندو آھي.

پروفيسر آئين اسٽائين سورھن سالن جي عمر ۾ ھڪ داخلا ٽيسٽ دوران رياضي ۾ ناپاس ٿي پيو ھو. ابي لنڪولن Abc Lincoln ننڍي عمر ۾ پنھنجو ڇنگھون پيچي وڌيون ھيون. گلين ڪننگھام ٻالجتيءَ ۾ شديد نموني

سان سڙي پيو هو، جيڪو پوءِ پڇڻ ۾ سيني ڪان گوءِ ڪٽي ويندو رهيو ۽ ڏاڍو مشهور ٿيو.

متي بيان ڪيل سڀ ماڻهو ڏاڍا مشهور ۽ مقبول ماڻهو هئا. مان سمجهان ٿو ته هنن جي زندگيءَ جو مثال ڏيڻ نه کپي. هن دنيا ۾ ڪيترا سائنسدان هوندا، جيڪي انٽري ٽيسٽ ۾ ناپاس ڪونه ٿيا هوندا ۽ نه وري هر پريزيڊنٽ پنهنجي جوانيءَ ۾ ڪاٺ جي ٿهيل ڪئبن ۾ رهيو هوندو. مون کي پڪ آهي ته ڪيتريون فلمي اسٽار عورتون نديڻ ۾ پروڊيوسرن جي نظر ۾ ائين ڪونه هونديون، جهڙيءَ ريت هو هن وقت ڏسڻ ۾ اچي رهيون آهن. اهو به ضروري ڪونه هوندو آهي ته سگريٽ نه پيئڻ واري ماڻهوءَ جي عمر 105 سال ٿيندي هجي. ڪيترا ماڻهو اهڙا به هوندا، جن سگريٽن کي هٿ سان به ڪونه ڇهيو هوندو، پر هُو جوانيءَ ۾ ئي مري ويندا آهن.

مهرباني ڪري اوهان به ائين سمجهو ته رنگ برش ۽ ڪئنواس Canvas ڪهڙي عمر ۾ به خريد ڪري سگهجن ٿا. ڇاڪاڻ ته گرانڊما موسس Grandma Moses ڪنهن کان چترڪاريءَ جو سبق ڪونه ورتو ۽ عمر جي پڇاڙيءَ واري حصي ۾ هن ان فن ڏانهن ڌيان ڏنو ۽ هڪ مشهور پينٽر ثابت ٿيو. اوهان به ائين ڪرڻ شروع ڪري ڏيو.

ڪي ماڻهو ائين به سوچيندا آهن ته ڪامياب ٿيڻ جو هڪ رستو اهو به آهي ته موجوده دور جي ڪنهن ڪامياب ماڻهو جي زندگيءَ جو نقل ڪيو وڃي. اهڙيون ڳالهيون ڪڏهن ڪڏهن سوڀاريون ٿينديون آهن. پر ائين سدائين ڪونه ٿيندو آهي. ٻي ڳالهه ته نقل ته فقط نقل ئي هوندو آهي.

ٻين کان سکڻ به هڪ سٺي ڳالهه آهي. پر ڪنهن جو نقل ڪرڻ سان ڪاميابي ڪڏهن ڪڏهن نصيب ٿيندي آهي. پر اڄڪلهه ڪاميابي اها شيءِ نه رهي آهي، جيڪا اسان پنهنجو پاڻ کي ڏيندا آهيون. اصل ۾ ڪاميابي اها شيءِ آهي جيڪا اسان سماج کان وٺندا آهيون. قصو ساڳيو آهي- ٻين کي حافظي ۾ رکڻ ۽ سوچڻ ته اوهان پنهنجي معاشري کي ڇا ٿا ڏئي سگهو. انهيءَ طريقي سان اوهان جي ڪاميابيءَ جا امڪان وڌيڪ روشن آهن.

اوهان پاڻ کي جيترو ڪامياب سمجهو ٿا انهيءَ کان گهٽو وڌيڪ ڪامياب انسان آهيو.

جيڪڏهن اوهان کي اهو احساس آهي ته اوهان پنهنجي زندگيءَ ۾ ڪو اهم مقام ماڻي ڪونه سگهيا آهيو ته توهان پنهنجي بدقسمتيءَ بابت دانهون

ڪرڻ ڇڏي ڏيو. مان هميشه انهيءَ خيال جو پر زور حامي رهيو آهيان ته لياقت ۽ اهليت پنهنجو ماڳ پاڻ ڳولي وٺندي آهي.

جيڪڏهن اوهان ۾ ڪي لڪل لال آهن، ته ڪڏهن نه ڪڏهن اڳتي وڌي وڃي سماج ۾ مانُ مرجاتا ماڻيندؤ ۽ اهليت به ان جي ئي وڏي ملڪيت هوندي آهي. جيڪڏهن اوهان ۾ اهليت جا داڻا نه هوندا ته توهان تيستائين منزل تي پهچي ڪونه سگهندا، جيستائين اوهان گهربل لياقت ۽ اهليت حاصل نه ڪئي آهي. مان شخصي طور جئمس ايمر. بئري جي فلسفي سان سهمت آهيان. سندس چوڻ آهي ته، "خوشيءَ جو راز انهيءَ ۾ ڪونه آهي ته اوهان جيڪو به چاهيو ڪندا وتو، پر انهيءَ ۾ آهي ته جيڪو ڪجهه ڪريو انهيءَ ۾ دلچسپي وٺو."

سندس مٿئين خيال کي هن ريت به چئي سگهجي ٿو ته:

"Suceess is getting what you want. Happiness is wanting what you get."

منهنجي خيال ۾ بهتر ائين ٿيندو ته هنن ٻنهي خيالن کي پاڻ ۾ ملائجي. جيڪڏهن اوهان پنهنجي دل جي تمنا مطابق ڪنهن شيءِ جو حصو حاصل ڪري ورتو آهي ته اهڙي حالت کان پوءِ اوهان کي ضرور خوشي ٿيندي. توهان سمجهو ته جڻ اوهان ان کي مڪمل ڪري ورتو.

اوهان کي شڪايت اها آهي ته ننڍڙي ڪاميابي کان پوءِ اوهان کي خوشي محسوس ٿيندي آهي. ائين نه؟ مان اوهان جي هن ڳالهه تي اعتبار ڪونه ٿو ڪريان. مان اهو به سمجهان ٿو ته اوهان پنهنجو پاڻ سان به سچا ڪونه آهيو. مان اوهان سان هن باري ۾ شرط رکي سگهان ٿو ته، اوهان خوش ٿيڻ کان اڳ ئي ڪاميابيءَ جو ڪجهه حصو ماڻي ورتو آهي. توهان ان لاءِ گهڙي ڪن واسطي ڪجهه به نه سوچيو. مان پنهنجي هن ڳالهه ۾ صحيح آهيان يا غلط. پر اوهان ڪنهن نه ڪنهن نقطئه نگاهه کان ڪاميابي ماڻي چڪا آهيو.

منهنجا دوستو! زنده رهڻ ۽ سوچيندو رهڻ ڪاميابي آهي ڇا؟ مون کي هڪ ڀيري مابعد الطبيعيات Metaphysics تي ليڪچر ٻڌڻ جو موقعو مليو جنهن ۾ مقرر چئي رهيو هو ته، "معجزات وارو دور اڃا به ختم ناهي ٿيو، اوهان به ته هڪ معجزو آهيو." جيڪڏهن اوهان هن ڳالهه سان متفق آهيو ته اوهان ڪاميابيءَ جو حصو ماڻي ورتو آهي ته، ڇا اوهان هن ماڻيل ڪاميابيءَ تي خوش آهيو؟

جيڪڏهن اوهان نه آهيو ته ڪابه ڳڻتي نه ڪريو. اها هڪ عام رواجي

ڳالهہ آهي. جيڪڏهن ماڻهو مڪمل طور مطمئن ٿي ويندو آهي، تہ سمجهو مري ويو آهي. ان ڪان پوءِ تہ ڪا شيءِ رهندي ئي ڪانہ آهي جنهن لاءِ ڪيس جاکوڙڻو پوي. هر ماڻهوءَ کي عدم تحفظ جو احساس هوندو آهي. اها بہ هڪ عام ڳالهہ آهي. ڊوائٽ ڊي. ايزنهاور Dwight D. Eisenhower جو چوڻ آهي تہ ”مڪمل تحفظ جو تصور فقط ان ماڻهوءَ کي هوندو آهي. جيڪو قيد ۾ جنب ٽيپ (سزا) ڪاٽيندو آهي“ جيڪڏهن ڪو ماڻهو جنب ٽيپ ڪاٽيندو آهي ۽ ڪيس پيرول تي آزاد ٿيڻ جو آسرو ڪونہ هوندو آهي ۽ جيل ڪان ٻاهر سندس ڪٽنب يا ڪو ڏٽي ڏوکي ڪونہ هوندو آهي. جنهن جي ملڻ لاءِ هو اوڪاسيندو هجي تہ هو مڪمل طور تي محفوظ آهي ۽ سمجهو تہ هو موت جهڙي زندگي گهاري رهيو آهي.

تنهن ڪري مڪمل تحفظ يا مڪمل ڪاميابيءَ بابت ڪاٻہ ڳڻتي نہ ڪريو. هن دنيا ۾ اهڙي ڪاٻہ شيءِ ڪانہ هوندي آهي. جيڪڏهن اهڙي شيءِ آهي بہ تہ اسان کي اهڙي شيءِ حاصل ڪرڻ جي ڪوشش نہ ڪرڻ گهرجي. اسان آخر ڪريون بہ ڇو؟ اسان پنهنجي مقصد حاصل ڪرڻ واسطي جاکوڙي رهيا آهيون ۽ اهڙي جدوجهد ۾ اسان پنهنجي زندگيءَ جي حقيقي خوشيءَ جي جوش جذبي ۾ مگن آهيون؟ اسپين جي هڪ ڏاهي سروِئنٽسِ Cervantes گهڻو وقت اڳ چيو آهي تہ، ”رستو مهمان سراءِ ڪان وڌيڪ بهتر هوندو آهي.“

مون کي پڪ آهي تہ اوهان بہ ڪيترا پيرا مقصد حاصل ڪرڻ لاءِ جاکوڙ ڪئي هوندي ۽ هٽندي هٽندي نيٺ حاصل بہ ڪيو هوندو. ان ڪان پوءِ ان مقصد ۾ اوهان جي دلچسپي ختم ٿي وئي هوندي ۽ ڪنهن ٻئي مقصد ۾ دلچسپي وٺڻ شروع ڪئي هوندي.

جيڪڏهن اوهان کي سدائين عدم تحفظ جو ٿورو گهڻو احساس هوندو تہ اوهان ان کي ڳڻيير مامرو ڪري ڪونہ وٺندا. پر حقيقت اها آهي تہ اهڙي احساس نہ هجڻ ڪان بهتر آهي تہ اوهان کي اهڙو عدم تحفظ جو احساس هجي. اهو عدم تحفظ جو احساس ئي تہ هوندو آهي، جيڪو اوهان کي ڪاميابي لاءِ محنت واسطي اتساهيندو ۽ اڪسائيندو رهندو آهي. انهيءَ سان اوهان پنهنجي مقصد کي مٿانهون رکندا آهيو ۽ اوهان کي اڳتي وڌڻ لاءِ وڌيڪ جوش ۽ جذبو ملندو آهي. وليم فيدر William Feather جو چوڻ آهي تہ، ”عدم تحفظ جو احساس اڳتي ڌڪڻ واري عظيم طاقت آهي.“

اوهان بہ هن ڳالهہ کي چڱيءَ ريت سمجهي چڪا هوندا تہ جڏهن آئون ڪاميابيءَ بابت ڳالهائيندو آهيان تہ منهنجو اشارو انفرادي ڪاميابيءَ ڏانهن هوندو آهي، جنهن لاءِ اوهان پنهنجي پسند جي ميدان ۾ جاکوڙيندا آهيو.

صحيح ماڻهن سان ملڻ جو مسئلو.

مون ماڻهن کي هن قسم جون شڪايتون ڪندي ٻڌو آهي تہ ڪين ڪنهن خاص قسم جي اهليت ڪانہ آهي ۽ اهي خاص قسم جي صحيح ماڻهن سان ملي بہ ڪونہ ٿا سگهن يا اهڙي ماڻهن جي خبر بہ ڪانہ آهي يا انهن گهڻي ڪوشش ڪئي آهي، پر ساڻن ملڻ مشڪل آهي يا سندن ڀاڳ ڀلا ڪونہ آهن. تنهن ڪري هنن سڀ اوسيڙا پلي ڇڏيا آهن. پهرئين مثال جو جواب هي آهي تہ ان لاءِ مان فقط ايچ. جي. هينگ H. J. Heing جا چيل ٻول ورجائيندس: ان کان ڪڏهن پڇيو ويو تہ سندس ڪاميابيءَ جو راز ڇا آهي؟ تنهن تي هن وراڻيون هو تہ، "هڪ معمولي شيءِ کي غير معمولي طريقي سان ڪرڻ ڪاميابي آهي." تنهن ڪري اوهان اهو نہ ڏسو تہ اوهان ڇا ڪري رهيا آهيو. پر جڏهن اوهان ڪو ڪم غير معمولي طريقي سان ڪرڻ سگهندا تہ اوهان ۾ پاڻهي اهليت ۽ لياقت اچي ويندي.

جيڪڏهن اوهان محسوس ڪري رهيا آهيو تہ صحيح قسم جي ماڻهن سان نہ ملڻ ڪري اوهان کي اڳتي وڌڻ جو وجهہ ڪونہ ٿو ملي تہ اهو اوهان ڪم نہ ڪرڻ جو بهانو ڳولي رهيا آهيو. توهان کي هيءَ ڳالهہ ياد رکڻ گهرجي تہ اهليت پنهنجو پاڻ ئي اهم ماڳ حاصل ڪري وٺندي آهي. جيڪڏهن اوهان ۾ اهليت جا ڪي داڻا آهن تہ صحيح ماڻهو پاڻ ووڙي توهان وٽ لنگهي ايندا. پر توهان جو ڏنڌو فقط اهو هئڻ کپي تہ توهان صحيح وقت تي صحيح ماڳ تي هجو. هو اوهان جي مدد واسطي دير يا سوير ضرور ملي ايندا.

پر توهان کي صحيح ماڻهن سان ملڻ کان پوءِ ڪنهن مايوسيءَ لاءِ پڻ تيار رهڻ گهرجي. اهي انهيءَ ڳولا ۾ هوندا تہ خدا جو ڪو نيڪ بندو هجي جو کين مدد ڪري. توهان گهڻين ڳالهين ۾ هنن کان چڱا آهيو. ٻين جي مدد کان بهتر آهي تہ توهان پنهنجي مدد پاڻ ڪريو. جنسٽس برانڊيز Brandeis کهڙو نہ سچ چيو آهي تہ، "ڪير بہ اوهان کي ڇڪي گهڻو مٿي آڻي پسند ڪونہ ڪندو. توهان مٿي چڙهڻ واري ان رسي مان هٿ ڍرا ڪريو. ڇاڪاڻ تہ اوهان پنهنجي پيرن وسيلي نهايت اوچن جبلن تي چڙهي سگهندا."

بلڪل سچ! اوهان پنهنجي پيرن سان ڪنهن اتاهين جبل تي چڙهي سگهو ٿا. جيڪڏهن اوهان ڪوشش کان پوءِ بہ بار بار ڪرندا رهيا آهيو تہ پوءِ اوهان ڪنهن ٻئي طريقي وسيلي ڪوشش ڪريو. اهو بہ چڱيءَ ريت جاچي ڏسو تہ اوهان ڪهڙيءَ جاءِ تي غلطي ڪري رهيا آهيو. پر ڪهڙي بہ حالت ۾ بہ ورچجي ناهي وهنو ۽ ورائي ڪوشش ڪرڻي آهي. مان سمجهان

ٿو تہ توهان کي هيءَ ڳالهہ سچي معلوم ٿيندي تہ ڪاميابيون نوانوي في سيڪڙو محنت سان ۽ هڪ في سيڪڙو اتساهڻ Enspirations سان حاصل ڪيون ويو آهن.

هن ماڳ تي مثبت سوچ وڏي واهر ڪري سگهي ٿي. پنهنجي مقصد ڏانهن ڏسڻ جي ڪوشش، توڙي اهو ڪهڙو بہ هجي. اهو تصور ڪريو تہ توهان هڪ ننڍڙي ڪاميابي جي ماڻڻ لاءِ جدوجهد ڪري رهيا آهيو. ائين ڪرڻ سان جدوجهد جي رستي ۾ موجود روڪون رنڊڪون اوهان کي ننڍڙيون ڏسڻ ۾ اينديون. اوهان جي دماغ ۾ ان شيءَ جي هڪ چٽي تصوير موجود هئڻ کپي، جنهن کي حاصل ڪرڻ لاءِ اوهان جاکوڙي رهيا آهيو.

مصيبتن ۽ رنڊڪن تي ڪُرڪڻ ۽ ڪنجهڻ بدران ان هرهڪ مشڪلات کي اوهان پنهنجي للڪار سمجهو ۽ اهڙي جدوجهد کي اهم مهم ڪري سمجهو. نيٺ اوهان جڏهن پنهنجي مقصد وٽ پهچي ويندا تہ اوهان کي سمجهہ ۾ ايندو تہ اهي مصيبتون ۽ رنڊڪون تہ ڪجهہ بہ ڪونہ هيون. هئرولڊ هيلفر Harold Helfer هن ڳالهہ کي وري ٻئي نموني سان بيان ڪري ٿو تہ، ”ڪاميابي هڪ چمڪندڙ سج آهي جيڪو ناڪامين جي ننڍڙن ننج سمان پاڇن کي ختم ڪري ڇڏيندو آهي.“

گهڻا ماڻهو ڪم ۾ هٿ وجهي ڏاڍو جلد ۽ سولائي سان ان کي ڇڏي ڏيندا آهن. پر محنت ۽ ٿورين گهڻين ناڪامين کان سواءِ مڪمل ڪاميابي حاصل ڪانہ ٿيندي آهي. ڪي اهڙيون شيون بہ آهن، جن کي ناڪامين کان سواءِ حاصل ڪرڻ ممڪن ڪونہ هوندو آهي. هيءَ حقيقت ڌيان ۾ رکڻ نهايت ضروري آهي تہ ننڍڙيون ناڪاميون جڏهن تمام گهڻيون ٿي وينديون آهن تہ ڪاميابيءَ جو روپ اختيار ڪري وٺنديون آهن. ڪوشش ڪرڻ واسطي سوچڻ جي معنيٰ هوندي آهي. ”هڪ اهڙي ٿانو کي ڪولڻ جنهن مٿان ڍڪ ڏاڍو سَڪ ڏنل هوندو آهي.“ توهان ان کي ڪولڻ لاءِ ڏهہ ڀيرا زور ڏيندا پر پوءِ بہ اهو ڪونہ ڪلندو آهي. ٿي سگهي ٿو تہ يارهين ڪوشش ڪامياب ٿئي، پر جيڪڏهن اوهان ڏهہ ناڪام ڪوششون نہ ڪريو ها تہ يارهين ڪوشش ڪڏهن بہ ڪامياب ڪانہ ٿئي ها.

جيڪڏهن اوهان ڪار هلائڻ، ٽائيپ ڪرڻ ۽ ڌاري ٻولي ڳالهائڻ سکي رهيا آهيو، ۽ جيڪڏهن اوهان ۾ اهليت آهي جيڪا وقت، ڪوشش ۽ مشق سان حاصل ٿندي آهي تہ توهان اهڙا ڪم جلد ئي سکي وٺندا. پر اوهان کي ڳالهيون وساري ڇڏيون آهن جهڙوڪ: غلطيون ۽ همت شڪني، جيڪي سکڻ

واري سلسلي لاءِ ضروري ۽ خاص هونديون آهن. اوهان لاءِ ڪار هلائڻ، ٽائيپ سکڻ ۽ ڌاري ٻولي ڳالهائڻ کان اڳ شايد وقت جو اندازو ڪرڻ ڏکيو هوندو آهي ته ڪيتري مدت اندر اهي ڪم سکي پڙ تي سگهندا. پر سکڻ کان پوءِ وري اوهان کي محسوس ٿيندو ته اوهان غلطين ۽ ننڍڙين ننڍڙين غلطين کان پوءِ مڪمل ڪاميابي حاصل ڪري ورتي آهي.

تنهن ڪري اوهان ماڻهن جي واهر جو اوسيڙو نه ڪريو. مان سمجهان ٿو ته اوهان به مون سان ڪڏهن نه ڪڏهن ڳالهه ۾ ضرور سهمت ٿيندا ته مدد لاءِ واجهائڻ واري بهترين جڳهه اها آهي جتي اوهان جي ٻانهن ڪٽي ٿي. اوهان هن اجائي ڳڻتيءَ ۾ وقت نه وڃايو ته جيڪو ڪم اوهان ڪري رهيا آهيو سو الائي صحيح آهي يا غلط! يا اوهان کي هي ڪم شروع ڪرڻ گهرجي يا نه؟! هن بابت ايمرسن جو چوڻ آهي ته، "اوهان شڪ ۽ خوف ۾ پنهنجو وقت اجايو نه وڃايو، پر سارو وقت ڪم کي ڏيو ۽ پڪ سمجهو ته هن ڪلاڪ جي صحيح ڪارڪردگي، ايندڙ ڪلاڪن يا مختلف دورن لاءِ بهترين تيارين جو هڪ روپ آهي."

ٻين جي اڳڪٿين تي ڪڏهن به ويساهه نه ڪريو پنهنجي ڪم جو اندازو پاڻ ڪريو.

ڪاميابي حاصل ڪرڻ لاءِ اوهان کي وڌيڪ مان ڇا ٻڌايان؟ ڪنهن چيو آهي ته، "هر ڪنهن شيءَ ۾ تڪميل حاصل ڪرڻ لاءِ ڪوشش ڪرڻ ناڪاميءَ کي ڪِلي هٿ ڏيڻ برابر آهي." مان هن چوائيءَ سان بلڪل سهمت آهيان. مان سمجهان ٿو ته اوهان پنهنجو ڏندو پاڻ چاڻو ته پلو ۽ پاڻ پنهنجي هٿن سان ڪم ڪريو. گهڻن ماڻهن جو چوڻ آهي ته جڏهن ڪوبه ڪم پنهنجي هٿن سان پاڻ ڪبو آهي ته ماڻهوءَ کي گهڻي ڄاڻ ملي ويندي آهي. سوفوڪلس جو چوڻ آهي ته، "ڪوبه ڪم پنهنجي هٿن سان ڪري سگهجي. توهان سمجهندا به هوندا ته اوهان اهو ڪم چڱيءَ رِيت ڄاڻو ٿا. جيڪڏهن اوهان پاڻ ڪوشش نه ڪئي هوندي ته اوهان کي ڪابه پڪ ڪانه هوندي."

ڪم ڪرڻ کان سواءِ ڪاميابي حاصل ڪانه ٿيندي آهي. بدقسمتيءَ سان هڪ اهڙي شيءِ به جيڪا ناڪام ماڻهن جي واهر ڪندي آهي سا به انهن ماڻهن جي مدد ڪندي، جيڪي بيزاري ويڳاڻپ ۽ سُستيءَ جو شڪار ٿي ويندا آهن ۽ ڪنهن به ڪم ڪرڻ جي ويجهو ئي ڪونه ويندا آهن.

چارلس ڪنگسلي Charles Kingsley خط ۾ لکيو هو ته، "خدا جو شڪر

آهي ته صبح جو سوير اٿڻ سان ڪونه ڪو ڪم ڪرڻو پوندو آهي، پوءِ اهو اسان جي مرضي هجي يا نه. ان ڪي مجبور ٿي ڪرڻو پوندو آهي. اهو به چاهيندا آهيون ته بهتر ڪان بهتر ٿئي. اهو طبعي اعتدال ۽ پاڻ تي ضابطي، سرت سچيتائي، قوت ارادي، خوش مزاجي، اطمينان ۽ ٻين هزارن گڻن جي پيداوار هوندو آهي، جنهن جي ڪائنرن ڪي ڪا ڇاڻ ئي ڪانه هوندي آهي."

پلي ابتدا واري نقطي ڪان شروع ڪيو. جيڪڏهن اوهان اهو ڪم اڳي نه به ڪيو آهي، ته به شروع ابتدا واري نڪتي ڪان ڪريو. جئمس واٽ James Watt ڪتليءَ ۾ پاڻي اٻرندو ڏٺو ۽ اتان ڪان پنهنجي ڪم جي شروعات ڪئي هئائين ۽ پوءِ اسٽيم انجڻ تيار ڪري توڙ ڪيو هئائين. اهڙيءَ ريت اسحاق نيوٽن صوف هيٺ ڪرندي ڏٺو ۽ ڪم شروع ڪري ڏنو.

مان سمجهان ٿو ته شروع ۾ اهو ڪم ايڏو سولو ۽ سٽرو ڪونه آهي. حقيقت اها آهي ته ڪاميابي حاصل ڪرڻ لاءِ اهو ڏاڍو ڏکيو حصو هوندو آهي.

توهان جڏهن به ڪنهن ڪم جي شروعات ڪريو پنهنجي ساري طاقت اتي گڏ ڪريو. ان ڪان پوءِ مس وڃي ساهي پٽڻ لاءِ ٿوري گهڙي ملندي. اوهان ڪي ڪار هلائڻ لاءِ موٽر جي طاقت جو تمام ٿورو حصو ڪم ايندو آهي. باقي ٻي ساري طاقت ڪار ڪي اسٽارٽ ڪرڻ ۾ صرف ٿي ويندي آهي.

مان سمجهان ٿو ته سيني ڪمن جو به اهو ساڳيو اصول آهي. توهان ڪي اهڙي توشاخاني Closet جي صفائي ڪرڻ جو تجربو ٿيو آهي، جتي ڪيترن سالن ڪان وني الائي ڇا ڇا رکيو ويو هجي. توهان ڪي جيڪڏهن صاف ڪرڻ لاءِ چيو ويندو ته پيا اڄ سڀاڻي ڪندا ۽ توشاخانو ويندو ڏينهون ڏينهن وڌيڪ خراب ٿيندو. توهان ڪي پنهنجي تجربي مطابق اها ڄاڻ ضرور هوندي ته جنهن وقت به اوهان ڪم جي شروعات ڪئي معنيٰ ڪم ختم ٿيو. بعد ۾ اوهان ڪي معلوم ٿيندو ته اهو ڪم ايترو خراب ۽ گهڻو ڪونه هو، جيترو سمجهيو پئي ويو. هر رٿابنديءَ جو شروعات وارو حصو ڏاڍو ڏکيو هوندو آهي.

گلين ڪنگهام ڪي چيو ويو هو ته، "تون ڪڏهن به گهمي ڦري ڪونه سگهندين." پر پوءِ سيني ڏٺو ته هن ڊوڙڻ ۾ ڪيترا انعام حاصل ڪيا. ٻين به ڪوڙ سارن ماڻهن جي همت شڪني ڪئي وئي هئي. ڇاڪاڻ ته ڊاڪٽرن سندن ذهني اهليت جي جاچ پڙتال ڪان پوءِ ڪين اهڙو جواب ڏنو هو. ان صورتحال هوندي به ڪيترن ماڻهن حيران ڪندڙ ڪاميابيون ماڻيون هيون. اهڙي قسم جي جاچ پڙتال جا نتيجا گهڻو ڪري صحيح ڪونه هوندا آهن.

اوهان کي اهڙو کو پتو بہ ڪونہ هوندو آهي پر اوهان فطرتي طور اهل ۽ لائق هوندا آهيو.

ڳالهہ ڪندا آهن تہ هڪ فنڪار پنهنجي نفسياتي ڊاڪٽر کان پڇيو تہ، ”مان ڳائي سگهان ٿو يا ناچ ڪري سگهان ٿو يا مسخري جهڙا ڪردار ادا ڪري سگهان ٿو. آخر ڇا ٿو ڪري سگهان؟ تنهن تي ڊاڪٽر ڪيس وراڻيو تہ، ”تون فقط اشتهارن ۾ ڪم ڪري سگهين ٿو.“ ڊاڪٽر جي اهڙي ڳالهہ ٻڌي مريض ڪيس چيو تہ، ”مان ائين ڪري ڪونہ ٿو سگهان مان تہ اهم فنڪار آهيان.“

انسان ڏکين حالتن ۾ هر امتحان قبول ڪري وٺندا آهن. شايد اهي بيمار هوندا آهن وري سندن ذهن ۾ ڪا ڳالهہ هوندي آهي ان کان پوءِ پنهنجي باقي زندگي غير حقيقي نتيجن مطابق گذاري ڇڏيندا آهن. مان ڪنهن جي عقل يا اهليت جي چڪاس ڪرڻ تي تنقيد ڪرڻ ڪونہ ٿو چاهيان. اسان جون آزمائشون يا چڪاسون سئو سيڪڙو صحيح ڪونہ هونديون آهن. هاڻي تازو پڙهيو اٿم تہ ايسڪيموز ماڻهن جي هڪ ٽولي جي چڪاس ڪري نتيجو ڪڍيو ويو هو تہ آرڪٽڪ واري نهايت ٿڌي موسم رهي سگهڻ جي اهل ڪونہ آهي.

ايسڪيموز کي خبر ڪانہ هئي. اهي هلندا وڃي آرڪٽڪ Arctic واري علائقي ۾ رهڻ لڳا آهن ۽ هو اتي ڏاڍا خوش ۽ ريان ڪيان آهن. هيءَ ڳالهہ مون کي جنرل موٽرس جي پلانٽ مٿان لڳل هن نشانيءَ بابت ياد ڏياري ٿي.

ائرو ڊائنامڪس Aerodynamices جي اصول مطابق ۽ هوا ۾ ڪيل تجرباتي مظاهرن جي نتيجن جي آڌار تي ڇئي سگهجي ٿو تہ ڀئونر جو هڪ قسم Bumble Bee اڏامڻ جي لائق ڪونہ هوندو آهي. ڇاڪاڻ تہ سندس جسم، وزن، سندس جسماني بناوت ۽ سندس پرن جي پکيڙ اهڙي آهي جو ڀئونر جو هي قسم اڏامي ڪونہ سگهندو آهي.

هن جيت کي هن قسم جي سائنسي سچائيءَ جي ڪابہ خبر ڪانہ آهي. پر ان هوندي بہ جيئين تيئن ڪري اڏامي ويندو آهي ۽ ٿوري گهڻي ماکي گڏ ڪري وٺندو آهي.

آئون اهڙيون ڳالهيون انهن ماڻهن لاءِ ڪري رهيو آهيان، جن جو اعتماد لڏي ويو آهي. ڇاڪاڻ تہ اهي غلط چڪاسن جي نتيجن کان گهبرائجي هانءُ هاري ويهندا آهن. اوهان وري بہ ڪنهن آزمائش ۽ چڪاس مان گذرو ۽ اوهان کي اچرج ٿيندو تہ مان اهڙن ماڻهن سان مليو آهيان جن کي وڏي گوشت جو

ڪباب جيوري ڪونہ سگهندو آهي. مون کي پتو پيو تہ انهن ماڻهن ڪجهہ سال اڳ وڏي گوشت جي ڪباب تي پاڻ کي هيرائڻ جي ڪوشش ڪئي هئي پر الائي ڇو؟ وڏو گوشت خراب هو يا وري بلڪل سٺو ڪونہ هو. پر جيڪڏهن گوشت سٺو هجي ها ۽ بلڪل بہ صحيح طريقي سان هجي ها تہ هو اهڙو ڪباب کائڻ ضرور پسند ڪن ها. هيءَ غلطي ڪڏهن بہ نہ ڪئي وڃي تہ ڪنهن هڪ مثال جو نتيجو توهان جي ساري زندگيءَ جو رخ ئي بدلائي ڇڏي. ائين بہ ٿيندو آهي جو اوهان کي شيون غير ضروري طور ڇڏي ڏيندا آهيو.

جيڪڏهن اوهان کي دماغ ۾ عقل آهي پر اوهانجو انهيءَ مان ويساهہ پڄي پيو آهي تہ سمجهو تہ اهو عقل ۽ دماغ هڪ ڏينهن تباهہ ٿي ويندو. هيءَ هڪ عام چوائي آهي تہ، "عقل ۽ منجهس ويساهہ اهڙا بہ سپاهي آهن، جيڪي فوجن کي شڪست ڏئي سگهندا آهن."

ڪاميابيءَ جي موضوع تي منهنجي ڌيان ۾ ڪي ٻيا بہ خيال آهن جن کي آئون ايندڙ باب ۾ بيان ڪندس. هاڻي آئون سوچڻ لاءِ هي خيال ڏئي اوهان کي الله واهي ڪري رهيو آهيان تہ، "هڪ غريب ماڻهو خوش رهي سگهي ٿو ۽ ڪوبہ خوش ماڻهو غريب ڪونہ هوندو آهي."

باب ٽيويهون

اوهان ڪهڙي طريقي سان پنهنجي قسمت پاڻ ٺاهي، سکهو ٿا

”وچولي درجي جي عقل جا ماڻهو بہ ڪاميابي ماڻي سگهندا آهن، جاڪاڻ تہ ڪين ڇڏي ڏيڻ جي جاڻ ڪانہ هوندي آهي.“
(برنارڊ بئنبوچ)

مون اوهان کي اهو ڪونہ ٻڌايو آهي تہ مان ڪاميابيءَ جي موضوع کي ڪيئن محسوس ڪندو آهيان. آس اٿم تہ اهو اوهان کي ڪاميابيءَ بابت سوچڻ ۾ وڏي واهر ڪري سگهي ٿو. مون کي اهو احساس آهي تہ ڪنهن ماڻهوءَ جي نقطئہ نظر، خيالن ۽ زندگي گذارڻ جي طريقي ۾ تبديلي آڻڻ ڏاڍي ڏکي هوندي آهي.

اچو تہ انهيءَ لاءِ ڪجهہ ڪوشش ڪريون. توهان مان گهڻا ماڻهو هي ڪتاب پڙهندا پر، ڪندا ۽ سوچيندا ائين جهڙيءَ ريت هو اڳي ڪندا ۽ سوچيندا هئا. شايد اهو ايئن آهي، جيئن اڳي ٿيندو آيو آهي. مان آخر آهيان ڪير جو چئي سگهان تہ اوهان مٿي بيان ڪيل معاملن ۾ تبديلي ڪري زندگيءَ کي بهتر بنائي سگهو ٿا؟ پر جيڪڏهن اوهان غيرمطمئن آهيو يا اوهان هن ساري ماحول مان تنگ ٿي پيا آهيو تہ هن ڪتاب ۾ اهڙا ڪي ڏاهپ جا ڏس آهن، جن مان اوهان کي ڪجهہ آڌار ملي ويندو.

اهڙيون ڳالهيون فائديمند فقط تڏهن ٿي سگهنديون، جڏهن انهن کي استعمال ڪري ڏٺو ويندو. جيڪڏهن اهي اصول اوهان جي ڪيل ڳالهين جي صفا ابتڙ بہ آهن تہ بہ اوهان انهن کي آزمايو. ان ڪان پوءِ جڏهن اوهان جي ڪابہ واهر نہ ٿئي تہ انهن کي ڇڏي ڏيو. پر انهن کي موقعو ضرور ڏيو. جيڪڏهن اوهان سمجهو تہ اهي اسان جي مدد ڪري سگهن ٿا تہ اهي بنا ڪنهن دير جي اوهان جي عادت بڻجي سگهن ٿا.

اوهان پنهنجي طرز زندگي مطابق ئي سوچيندا آهيو. اوهان جو دماغ

اوهان جي طرزِ زندگي جو حڪمران هوندو آهي. تنهن ڪري اوهان ان ڪي بهترين نموني سان سوچڻ چو نہ سيکاريو؟ توهان جي سوچڻ جو طريقو، اوهان جو طرز زندگي بابت نقطئہ نظر هر مشڪلات مٿان غالب پئجي سگهي ٿو. اوهان مون ڪي هيءَ ڳالهہ ٻڌائيندي ڪوبہ الڪو نہ ڪريو تہ "نہ چاڻ" رحمت آهي. جيڪڏهن ائين هجي ها تہ دنيا ۾ وجداني قسم جي ماڻهن جو تعداد تمام گهڻو هجي ها.

ڇا ماڻهو اوهان جي اڳتي وڌڻ واريءَ راهہ ۾ رنڊڪ بڻيل آهن؟

ڇا اوهان محسوس ڪريو ٿا تہ ڪي ماڻهو اهڙا بہ موجود آهن جيڪي ڪنهن جي راهہ ۾ رنڊڪ بڻيل آهن يا ڪي اوهان جا اهڙا دشمن آهن. جيڪي اوهان کي ڪامياب ٿيڻ ڪونہ ٿا ڏين؟ امڪان آهي تہ ائين هجي! پر ان هوندي بہ هيءُ بيان ناڪاميءَ جو هڪ بهانو آهي، اهو بہ ڪٿي مڃجي تہ اوهان جا ڪي دشمن اوهان کي ڪامياب ٿيڻ ڪونہ ٿا ڏين. پر هن حقيقيت کي پڻ تسليم ڪريو تہ اهڙا دشمن تہ سڀني ماڻهن جا هوندا آهن.

اها هڪ بدقسمتيءَ جي ڳالهہ آهي پر ان جي پڪ بہ هوندي آهي. مون کي اهڙو ڪو ماڻهو ڏسيو جنهن کي پنهنجي ساري زندگي ۾ ڪو هڪ بہ دشمن نہ هجي. جيڪڏهن اوهان ڪو ڏنڊو ڪري رهيا آهيو يا ڪنهن ڏنڊي جي شروعات ڪري رهيا آهيو تہ اوهان کي ڪي دشمن نہ بہ هجن پر اوهان جي مقابلي لاءِ تہ ڪي ماڻهو تہ تيار وينا هوندا. جيڪڏهن اوهان جي مقابلي لاءِ ڪو ماڻهو موجود آهي تہ اها تہ خوشيءَ جي ڳالهہ آهي. ڇاڪاڻ تہ ڪاميابي ماڻڻ لاءِ مقابلو هڪ عذاب وارو مُعاملو هوندو آهي.

ڪنهن نوڪري يا ڏنڌي ۾ هڪدم مٿان ڪان شروع ڪرڻ تمام گهڻو ڏکيو هوندو آهي. انهيءَ لاءِ پهريائين ڪا اٽڪل جاري ڪرڻي پوندي آهي. جيڪڏهن اوهان ٿوري گهڻي پيار ڪان پوءِ پنهنجي اعليٰ عملدار جي ڌيءَ سان شادي ڪندا تہ توهان جو ڏوئي ڊڪڻ گيهہ ٿي پوندو. اوهان جي نوڪري پڪي. جيڪڏهن اوهان ڪو ڏنڌو ڪندا هوندا تہ ان کي بہ، نہ لهر نہ ڪو لوڏو. تنهن ڪري اوهان پنهنجي دشمن تي پنهنجي ناڪاميءَ جو الزام ڏري ڪونہ ٿا سگهو. ايڊمنڊ بروڪ Edmenud Bruke هڪ ڀيرو چيو هو تہ، "جيڪو ماڻهو اسان سان ڪشتي وڙهندو آهي، سو اسان جي مشڪن ۾ پڻ کي وڌيڪ مضبوط ڪندو آهي ۽ اسان جي سوچ کي وڌيڪ تيز ڪري ڇڏيندو

آهي. اسان جو مخالف ئي اسان جو واهر بڻجي ويندو آهي."

اها هڪ حقيقت بہ آهي. جيڪڏهن صحيح قسم جو مقابلو هوندو ۽ دشمن بہ جيڪڏهن اڳتي وڌي مقابلو ڪندا رهندا تہ توهان کي بهتر طريقي سان ڪم ڪرڻ جو هڪ سونهري وجهہ ملي پوندو ۽ انهيءَ سان اوهان کي وڌيڪ محنت بہ ڪرڻي پوندي. جيڪڏهن مون کي پتو پوي تہ ڪو ماڻهو اهڙو پيدا ٿيو آهي، جيڪو مون کان وڌيڪ طاقتور حافظي جي مالڪ هجڻ جي دعويٰ ڪري ٿو تہ پوءِ مان ڪانئس اڳ ڪيڏڻ لاءِ ويهن ئي ننهن جا زور لائيندس. انهيءَ سان تہ مون کي ڪوبہ هاڃو ڪونہ رسندو. اهو چڻ مون کي بهتر مظاهري لاءِ چُنگ ڏيندو. اها تہ چڻ اڳتي وڌڻ لاءِ منهنجي واهر آهي. انهيءَ طريقي سان تہ پنهنجي فن جو وڌيڪ ڪامياب مظاهرو ڪري سگهندس.

ڪاميابي مخصوص نوعيت جي فڪري ڪيفيت آهي. اهو سڀ ڪجهہ اوهان جي نظر تي مدار رکي ٿو تہ اوهان ان کي ڪهڙي نموني سان ڏسي رهيا آهيو. ڪاميابي کي غلط طريقي سان ماپڻ کان پاسو ڪريو يا ان کي ڏنگي ڦڏي گز سان ماپڻ جي ڪوشش نہ ڪريو. هيءَ ڳالهہ اهڙن اشتهارن جيان آهي، جن وسيلي دنيا جي ڏهن خوش لباس عورتن کي شهرت ملي ويندي آهي، جيڪي هرسال اهڙن مقابلن ۾ شريڪ ٿينديون آهن. اهڙين ڳالهين ڪري مان ڪجهہ ڪاوڙجي بہ پوندو آهيان، ڇاڪاڻ تہ اهڙن مقابلن ۾ حصي وٺڻ لاءِ ڪن دولتمند عورتن جي چونڊ ڪئي ويندي آهي. مون کي هن ۾ ڪا خاص ڳالهہ نظر ڪانہ ايندي آهي جو اهڙين عورتن کي آفرين ڏيڻ لاءِ بلند آواز سان اعلان ڪيا وڃن. ڇاڪاڻ تہ اهڙين عورتن لاءِ خوش لباس ٿيڻ لاءِ حقيقي ڪپڙن خريدڻ واسطي ڪنهن بہ قسم جو مسئلو ڪونہ هوندو آهي. جيڪڏهن خوش لباس لاءِ چونڊيل ڏهہ عورتون وچولي طبقي سان تعلق رکنديون هونديون تہ سندن اهڙي حاصلات سچ پچ سندن ڪاميابي سمجهڻ کپي. اعليٰ طريقي جي عورت لاءِ کهڙو بہ قيمتي ڪپڙو خريد ڪرڻ سولو هوندو آهي. پر اهڙو ڏچو تہ انهن عورتن لاءِ هوندو آهي، جو سيئي نہ هڻڻ ڪري قيمتي ڪپڙو خريد ڪري ڪونہ سگهنديون آهن ۽ اهڙن مقابلن ۾ پنهنجي وت آهر حصو وٺنديون آهن ان کان سواءِ ڪنهن قابل ڊزائينر کان بہ مشورو طلب ڪري ڪونہ سگهنديون آهن. جيڪڏهن اهڙيون عورتون انهن مقابلن ۾ حصو وٺن ۽ خوش لباسيءَ ۾ سيني کان گوءِ کڻي وڃن تہ اهڙن مقابلن کي صحيح تسليم ڪري سگهجي ٿو. ڪاميابيءَ جي حاصلات لاءِ منهنجو اِجهو اهو نظريو آهي.

اسان ڊري ھن اھم ڳالھہ ڏانھن موٽي اچون ٿا تہ توھان کي ڪڏھن محسوس ٿيو آھي تہ گھڻا ماڻھو پنھنجي مقصدن ۾ انھيءَ ڪري ڪامياب ٿيا آھن، ڇاڪاڻ تہ ھنن لاءِ اھڙا امڪان موجود ھئا. ھن بيان مان منھنجو مطلب ھيءُ آھي، تہ جيڪڏھن اوھان جي ڪاميابي جي راھہ ۾ ھڪ وڏي بدقسمتي موجود آھي، جيڪا اوھان کي ڳولي رھي آھي، تہ ان کي ڪجھہ نہ سمجھي وساري ڇڏيو. اھا اوھان کي ڳولي الائي ڪڏھن لھي. پر جڏھن اوھان وٽ پھچي تہ اوھان کي مڙس ٿي منھن ڏيڻو پوندو. اھا ھر قسم جي تسلسل جو خلل ٿي سگھي ٿي. ان جو تعلق خوش- قسمتي سان بہ ٿي سگھي ٿو تہ بدقسمتيءَ سان بہ اھو فقط ھڪ وڏو خلل يا رخنو ڪونہ آھي.

جيڪڏھن اوھان تيار مال وڪڻي رھيا آھيو تہ توھان کي ھر وقت پنھنجي گراھڪن ڏانھن ڏسڻو پوندو. اوھان کي ھيءَ ڳالھہ بہ ڌيان ۾ رکڻ گھرجي تہ ھڪ ننڍڙي ناڪامي، اوھان جي ڪاميابيءَ جي جڙ تہ تعمير ڪندي آھي. توھان ڪنھن گراھڪ کي ويھہ ڀيرا ڏسندا آھيو. پر ان کي ڪابہ شيءِ ڪونہ ڏئي سگھندا آھيو. ايڪيھين ڀيري سان ھو اوھان کي ايڏو تہ وڏو آرڊر ڏيندو آھي، جيڪو ٻين سڀني ملاقاتين کان وڌيڪ اھم ھوندو آھي. امڪان اھو ھوندو تہ اڳين ويھن ناڪام ملاقاتين، اوھان جي مسئلي کي ھن طريقي سان حل ڪري ورتو ھجي.

مان سمجھان ٿو تہ ھيءُ ھڪ بھتر خيال آھي تہ ھر ماڻھوءَ کي (جن ۾ اوھان بہ شامل آھيو) تعجب خيز حافظو ھوندو آھي. اھا بہ ھڪ حقيقت آھي تہ اوھان کي ياد ڪرڻ لاءِ ماڻھن وٽ ڪو حافظو ڪونہ ھوندو آھي. منھنجو اھو مطلب نہ آھي تہ توھان کي بيجاءِ تنگ ڪريان. پر مان چاھيان ٿو تہ اوھان واقف ڪارن کي ٻڌائڻ لاءِ پاڻ ۾ ھيءَ عادت وجھي ڇڏيو تہ اوھان اڄا بہ ساڳئي ڌنڌي ڪرڻ ۾ مشغول آھيو.

مان ھڪ ڀيري اھڙي ماڻھوءَ سان وڃي مليو ھوس جيڪو منھنجي نيڪچر جو ايجنٽ ھو. گھڻي وقت کان ونئي سائنس ملڻ جو اتفاق ڪونہ ٿيو ھو. ھن مون سان ملڻ شرط پنھنجي خيال جو ھن ريت اظھار ڪيو تہ، ”ھنري توکي ڏسي ڏاڍي خوشي ٿي اٿم. مون سمجھيو ھو تہ تون پنھنجي ڪاروبار کي ڇڏي ڏنو آھي.“ ھن کان اڳ مان سندس دعوت ڏيڻ تي ڪيترا ڀيرا پنھنجي فن جو مظاھرو ڪري چڪو ھوس. منھنجن اھڙن مظاھرن مان کيس گھڻو اوپراسو (فائدو) بہ ٿيندو ھو. پر ھن مون کي ٿوري وقت لاءِ ڪونہ ڪوليو ھو ۽ مون بابت سڀ ڪجھہ وساري ڇڏيو ھئائين تہ مان مري

ويو آهيان الائي جيئرو آهيان! هو مون کي ڏسي انهيءَ ڪري خوش ٿيو هو، جو آئون سندس ڪن مسئلن کي حل ڪري پئي سگهيس چاڪاڻ تہ سندس گراهڪ ڪيس منهنجي فن جي مظاهري ڏسڻ لاءِ بار بار چيئي رهيا هئا. هڪ پراڻي چوڻي آهي تہ "اوسيئڙي ڪرڻ واري کي هرشيءَ ملي ويندي آهي." پر مان هن چوائيءَ سان سهمت ڪونہ آهيان. ماڻهو انتظار ۽ اوسيئڙي ۾ وينو هجي ۽ موزون وقت گذري وڃي.

وڏن ماڻهن سان ڪهڙي طريقي سان رابطو قائم ڪري سگهبي ٿو.

ماڻهن سان لهہ وچڙ رکڻ بابت سکڻ بہ نهايت اهم آهي، جنهن وسيلي ڪاميابيءَ ڏانهن ويندڙ رستو ڏاڍي سولائي سان طئي ڪري سگهبو آهي. هن موضوع بابت اوهان کي ڪافي صلاح مشورا بہ ڏنا ويا آهن. جيڪي هن ڪتاب ۾هندين ماڳين پکڙيا پيا آهن. مون کي هڪ اٽڪل، سالن تائين تمام گهڻي مدد ڪئي آهي. هن اٽڪل جي مدد سان اهي لڄارا ۽ شرميلا ماڻهو ڪامياب ٿي سگهن ٿا. جيڪي اهڙن اوپرن ماڻهن سان ڳالهائڻ کان پيا ڇرڪندا آهن. جيڪي سماجي طور يا مالي طور گهڻا متانهان سمجهيا ويندا آهن.

جيڪڏهن اوهان ڪنهن کي ڏسي وائڙا ٿي وڃو ۽ سمجهو تہ عقلمنديءَ سان نٿا ڳالهائي سگهو يا اوهان اهڙي ماڻهوءَ سامهون ڳالهائڻ ۾ هٻڪ محسوس ڪري رهيا آهيو جيڪو اوهان جي پاڳن جا لنگهہ ڪولڻ وارو آهي يا اهڙا ماڻهو جيڪي جو ڪنهن اهم انسان آڏو ڳالهائڻ مهل پاڻ کي احمق ثابت ڪري وجهندا آهن تہ پوءِ منهنجو هيءُ ڏس اوهان جي تمام گهڻي واهر ڪري سگهي ٿو.

مان پاڻ بہ ائين هوس. پر انهيءَ ڪان بہ وڌيڪ خراب. مان جڏهن ڪنهن ماڻهو يا ماڻهن سان ملڻ چاهيندو هوس تہ، ڪيئي خيال پيدا ٿيندا هئا مان هن يا هنن سان هيئن ڳالهائيندس يا هونءَ ڳالهائيندس، پر جڏهن مان وٽي سائڻ ملندو هوس تہ وايون بتال ٿي ويندي ون هيون ۽ چپ مان هڪ اکر بہ ڪونہ اڪلندو هو. مون کي اها بہ پڪ هوندي هئي تہ هنن سان ڳالهائڻ ڪري منهنجو گهڻو سامان وڪرو ٿي سگهي ٿو. مون هيئنئر محسوس ڪري ورتو آهي تہ اهڙن وڏن ماڻهن سان ڳالهائڻ ڏاڍو سونو آهي.

پر رڳو سمجهڻ ۽ انهيءَ ڳالهہ تي ويساهہ ڪرڻ مان ڪوبہ فائدو ڪونہ آهي، ان لاءِ منهنجي هڪ ننڍڙي اٽڪل موجود آهي. اها اٽڪل هيءَ

آهي تہ ان ماڻھوءَ کي سندس اصل حيثيت کان گهٽ سمجهو. جيڪڏهن اوهان پڪ ائين ڪرڻ ۾ سوپارا ٿيندا تہ اوهان کي محسوس ٿيندو تہ اوهان هڪ دوست سان ڳالهائي رهيا آهيو. جڏهن مان ڪنهن وڏي آفيس ۾ ويندو آهيان ۽ رعب تاب واري اعليٰ عملدار کي ڏسندو آهيان، تہ ڪيس "هيلو" چوندو آهيان ۽ ڪيس بنيادي انساني شڪل ۾ ڏسڻ جي ڪوشش ڪندو آهيان.

ان ڳالهہ جو سارو راز فقط اهو آهي. مثال طور اوهان ان ماڻهوءَ جي ڪڇي Underwear کان سواءِ تصوير پنهنجي ذهن ۾ آڻيو. مان ڪن سببن ڪري وڌيڪ اڳتي وڃڻ ڪونہ ٿو چاهيان. پڪ آهي تہ اوهان منهنجي خيال کي پروڙي ورتو هوندو. جيڪڏهن اوهان ان ماڻهوءَ جي اصلي تصوير يا انسان جي لباس کان سواءِ فطري وجود کي ذهن جي اک سان ڏسي ورتو تہ اوهان پنهنجي پسند مطابق ساڻس هر نموني جي گفتگو ڪري سگهو ٿا. اوهان جڏهن ڪڇي ۾ هوندا آهيو تہ توهان جي دهشت ڪنهن تي اثرانداز ٿي ڪانہ سگهندي آهي.

مان اوهان سان هيءَ ساري ڳالهہ فقط هڪ فقري ۾ ڪري پنهنجي جان آجي ڪري ڇڏي. پر منهنجي هن خيال کي معمولي ڳالهہ سمجهي سولائيءَ سان ڦٽو ڪري نہ ڇڏجي. هن اٽڪل مون سان ورهن تائين مدد ڪئي آهي جيڪا توهان جي بہ تمام گهڻي مدد ڪري سگهي ٿي. هن اٽڪل کي ڪم آڻڻ کان پوءِ هر ماڻهوءَ کي پاڻ جهڙو سمجهندا ۽ ڏسندا تہ هو بہ اڳهاڙن جي ڳوٺ ۾ بيٺو آهي. جيڪڏهن ڪهڙي بہ وڏي ماڻهوءَ کي ڪپڙن ۽ زرق برق لباس کان سواءِ ڏسندا تہ هو بہ اوهان کي هڪ مزدور جهڙو ڏسڻ ۾ ايندو.

اوهان منهنجي ڏنل هن ڏس کي پلي آزمائي ڏسو. مون کي پڪ آهي تہ اهو اوهان جو وڏو مددگار ثابت ٿيندو. هاڻي منهنجي لاءِ وري مسئلو پيدا ٿي پيو آهي تہ جيڪي ماڻهو هي نسخو پڙهي مون سان ملندا آهن، تہ مون ڏانهن بہ گهوري ڏسندا آهن نہ مون کي پاڻ اچرج لڳندو آهي. اهي ماڻهو بہ مون کي منهنجي اگهاڙي روپ ۾ ڏسڻ جي ڪوشش ڪندا آهن.

جيڪڏهن چاهيو تہ ٻين جو اوهان ۾ اعتماد ۽ ويساهہ هجي تہ توهان کي اهڙي ڪوشش ڪرڻ ڪرڻ گهرجي. ڪيترا ماڻهو اهڙين ننڍڙين شين ڏانهن ڌيان ڪونہ ڏيندا آهن، جيڪي اعتماد پيدا ڪرڻ لاءِ نهايت اهم هونديون آهن. منهنجي پنهنجي ڏنڌي سان لاڳاپيل ڪن دوستن تي هاڻي اعتماد ڪونہ رهيو آهي. ڇاڪاڻ تہ ٽن ٽيليفون هوندي بہ هو مون ڏانهن ٽيليفون ڪونہ ڪندا آهن.

اوهان جيڪڏهن ڪنهن ماڻهوءَ کي چئو ٿا تہ، "مان اوهان کي فلاڻي ڏينهن ۽ فلاڻي وڳي ٽيليفون ڪندس"، تہ توهان ان ڏينهن هن ڏانهن ضرور ٽيليفون ڪريو. جيڪڏهن اوهان ڪنهن ماڻهوءَ کي چئو ٿا تہ، "مان اوهان کي فلاڻي ڏينهن ضرور خط لکندس يا ڪو ٻيو ڪم ڪندس." تہ ان ڏينهن ضرور ائين ڪريو. ڪڏهن ناگزيز حالتون هونديون آهن، جو ماڻهو ڪيل واعدو پاڙي ڪونہ سگهندو آهي. پر ائين سدائين ڪونہ هوندو آهي. تنهن ڪري ائين نہ ڪرڻ جو هرويرو بهانو نہ ڳولجي. اهڙين ڳالهين جو ڏوهي هوندي بہ ٻين ماڻهن مان توقع ڪجي تہ هو اوهان ۾ اجا بہ اعتماد ڪن ٿا ۽ واپاري ڏيتي ليتي ڪرڻ چاهين ٿا، سو غلط آهي.

هن ڳالهہ کي قابل مستثنيٰ سمجهي نظرانداز ڪري نہ ڇڏجي تہ فلاڻي ماڻهوءَ بہ ڪن مجبورين تحت ائين ڪيو هو. اها هڪ حقيقت آهي تہ ڪيترن مشهور ۽ ڪامياب ماڻهن تي اعتماد ڪونہ ڪيو ويو آهي ۽ توهان کي خبر آهي تہ اهي مشهور ماڻهو هئا. اوهان ڪاميابيءَ کي قابل- مستثنيٰ ڳالهين سان نہ ماپيو. اهي ماڻهن ۾ مقبول عام انهيءَ ڪري ٿي ڪونہ سگهيا جو هو اعتماد ۽ ڀروسي جوڳا ڪونہ هئا، ان هوندي بہ هو مشهور هئا. اهو ڏاڍو مشڪل رستو آهي.

ڪوشش اها ڪريو تہ اوهان تي ماڻهو ڀروسو ڪن ۽ ان ناتي اوهان جي ساک قائم هجي ۽ ڪنهن ڏينهن بختَ اچي ڀيڙو ٽيندو. دروازي کولڻ لاءِ اوهان کي اتي موجود هئڻ کپي، يعني دروازو کلي تہ، اندر اوهان موجود هجو. پر جيڪڏهن اوهان بحث ڪري رهيا آهيو تہ اوهان خوشقسمت نہ آهيو ۽ بختَ ڪڏهن بہ اوهان جي در جو ڪڙو ڪونہ کڙڪائيندو تہ اهڙو دروازو کپي ڦٽي ڪريو. چاڪاڻ تہ اوهان وري بہ بهانا ڳولي رهيا آهيو، ڪامياب ماڻهو توهان کي هيءَ ڳالهہ ضرور ٻڌائيندا تہ پنهنجو ڀاڳ ۽ بختَ پنهنجي هٿ سان پاڻ ٺاهيو. جڏهن فرينچ مصنف جين ڪاڪتيو Jean Cockteau کان پڇيو ويو تہ ڇا تنهنجو ڀاڳ هجڻ نہ هجڻ ۾ ويساهہ آهي؟ هن وراڻيو هو تہ:

"Certainly, How else do you explain the Success of those you don't like."

مصيبت آهي تہ اڪثر ڪري اسان اهڙو بهانو انهن ماڻهن تي بہ مڙهيندا آهيون، جن کي اسان پسند بہ ڪندا آهيون. اسان سمجهندا آهيون تہ ٻيا ماڻهو انهيءَ ڪري ڪامياب ٿيا جو سندن ڀاڳ ڀلا هئا. اسان ناڪام انهيءَ لاءِ ٿياسون جو چڱا هئاسون ۽ ڀاڳن نہ ڀڙايو. پر منهنجو انهيءَ ڳالهہ ۾

شڪ آهي. جيڪڏهن توهان جي لاءِ اهو ممڪن هجي ها تہ اهڙي ماڻهوءَ سان بہ تي ڏينهن گڏ هجو ها، جنهن جي ڪاميابيءَ کي اوهان بخت ڏانهن منسوب ڪري رهيا آهيو، تہ اوهان کي چڱيءَ ريت پتو پئجي وڃي ها تہ هو اوهان کان وڌيڪ محنت ڪري رهيو آهي. جيڪڏهن اوهان اهڙن ماڻهن سان ريس ڪري رهيا آهيو تہ پوءِ سندن اهليت سان بہ ريس ڪريو، جنهن وسيلي هُو مناسب موقعن کي اک ۾ اک وجهي ڏسندا آهن ۽ مشڪلاتن ۽ مصيبتن تي نظر رکندا آهن.

ماڻهو بخت کي پڇي سگهندا آهن يا پراڻي چيني چوڻيءَ مطابق تہ، ”جيترو اوهان گهڻو ڄاڻندا اوترو وڌيڪ ڀاڳوند ٿيندا.“ تنهن ڪري اوهان بدبختيءَ جي دانهن ۽ رڙين ڪرڻ ۾ قيمتي وقت وڃائڻ بدران بخت لاءِ تيار ٿيو ۽ اها ئي صحيح ڳالهہ آهي. توهان تيار رهو انهيءَ لاءِ جيئن ئي اوهان کي موقعو ملي تہ ان کي اجايو وڃڻ نہ ڏيو. جيڪڏهن اوهان ان کي وڃايو تہ سمجهيو تہ اوهان ان موقعي مان فائدي وٺڻ لاءِ تيار ڪونہ هئا يا اوهان کي ايتري ڄاڻ ئي ڪانہ هئي تہ انهيءَ مان ڪهڙيءَ ريت فائدو وٺي سگهجي ٿو؟

جيڪڏهن اوهان کي احساس آهي تہ اوهان بلڪل تيار آهيو. پر توهان کي ايتري ڄاڻ ڪانہ آهي تہ پوءِ توهان ٻاهر وڃو، ڪنهن مناسب موقعي جو انتظار ڪريو ۽ جڏهن اهڙو موقعو ايندو تہ اوهان ان کي ضرور سڃاڻي سگهندا. ايچ. ايل مينڪن H.L. Mencken هڪ ڀيري چيو هو تہ، ”ماڻهو موقعي کي ڪڏهن ڪڏهن سمجهي وٺندا آهن ڇاڪاڻ تہ اهو ويس مٽائي سخت محنت جي شڪل ۾ ايندو آهي.“ توهان کي خبر آهي تہ محنت جي متبادل ڪا شيءِ ٻي ڪانہ آهي. تنهن ڪري اوهان هن ناگزير شيءِ کي قبول ڪريو. مون کي اها خبر ڪانہ آهي تہ گهڻي عرصي جي سخت محنت کان پوءِ جڏهن اوهان ڪاميابي ماڻيندا ۽ ماڻهن جي واتان پنهنجي لاءِ هي ٻول ٻڌندا تہ، ”اهو ماڻهو ڪيڏو نہ وڏو بختاور آهي“ تہ اوهان جا احساس الائي ڪهڙا هوندا!؟

مان هن ڪتاب ۾ اڳيئي ”مجبور ٿي مسئلي کي مڙسيءَ سان منهن ڏيڻ“ بابت گهڻو تفصيل سان لکي آيو آهيان. جيڪا هڪ سٺي شيءِ آهي ۽ اها اوهان سان بہ واقع ٿي سگهي ٿي. هينري. جي. ڪئسر Henry J. Kaiser بہ اسان کي ساڳي ڳالهہ ٻڌائي ٿو: "Trouble is nothing more than opportunity in work clothes" ڪجهہ عرصو اڳ نئٽ ڪول Nat cole نالي هڪ ماڻهو (جيڪو پيانو وڄائڻ واري ٽوليءَ جو اڳواڻ هو، سو پنهنجي

سنگت سان ننڍين ڪلبن ۾ اچي پنهنجي فن جو مظاهرو ڪندو هو. هن قسم جي ڌنڌي ۾ خطرو اهو هوندو آهي جو ٻڌڻ وارا ماڻهو ڇُڪرا چاڙهيو نشن ۾ ٻڏل هوندا آهن.) هڪ ڏينهن جيئن ڪول پنهنجي فن جو مظاهرو ڪري رهيو هو تہ ٻڌندڙ ماڻهن مان هڪ رڙ ڪري ڪيس راڳ ڳائڻ جي فرمائش ڪئي، جيڪو نشن ۾ الهوت لڳو پيو هو. ڪول هن کان اڳ ڪڏهن ڳايو ئي ڪونہ هو، سو اچي ڦاٿو تہ هاڻي ڇا ڪجي؟ فرمائش ڪرڻ وارو ماڻهو بہ وڏي آواز سان ڳائڻ لاءِ چئي رهيو هو. ڪول خوش مزاج طبعيت جو ماڻهو هو، تنهن ڪري هن سوچيو تہ يا تہ ڳايان پنهنجي فن جو مظاهرو بند ڪري ڪلب مان ٻاهر نڪري هليو وڃان. هن سمجهيو تہ فن جو مظاهر بندڪري ڪلب مان نڪري هليو وڃڻ سندس ڌنڌي تي خراب اثر وجهندو، پوءِ هن ڳايو. هن ننڍڙي مشڪلات کان پوءِ نئٽ ڪول مان نئٽ "ڪنگ" ڪول بڻجي ويو. هاڻي هُو موجوده دور جي اشتهاري ڌنڌي ۾ هڪ وڏو نالو آهي.

مئري مارٽن Mary Martin هڪ ڪامياب عورت آهي ۽ هڪ مشهور فلمي اداڪاره آهي. توهان سمجهندا هوندا تہ اها ذاتي خوشقسمت هوندي. بلڪل! اوهان هن کي واقعي ياڳوند سڏي سگهو ٿا، پر مان ڪيس ائين چئي ڪونہ ٿو سگهان. توهان ٽيليويزن تي هڪ ڏينهن ۾ هڪ هڪ ڪلاڪ جا لائيو Live پروگرام ڪري سگهندا؟ جڏهن تہ اوهان کي ڪنگهہ، نزلو ۽ زڪام سان گڏ 103 ڊگريون بخار بہ هجي. پر مئري مارٽن ائين ڪري ڏيکاريو.

جيڪڏهن اوهان سمجهندا تہ هڪ ڏينهن ۾ هڪ هڪ ڪلاڪ جا ٻہ ٽي. وي پروگرام ڪرڻ معنيٰ ڏينهن ۾ ٻہ ڪلاڪ ڪم ڪرڻ جي برابر آهي تہ پوءِ هي ڪو ايڏو وڏو ڪم ڪونہ آهي. پر هن معاملي ۾ اوهان بلڪل غلط آهيو. ڪجهہ وقت ٿيندو جو آئون هڪ هفتي ۾ پندرهن منٽن جو پروگرام ڪندو هوس. پندرهن منٽن جو اهو ڪم پوري هفتي جي ڪم ڪرڻ برابر هوندو هو. ان کان پوءِ مان ان پروگرام ۾ نہ ڳائيندو هوس ۽ نہ وري ناچ ڪندو هوس. پر اوهان سمجهندا هوندا تہ اها ڀاڳ جي ڳالهہ آهي جو، ڪيس هڪ ڏينهن ۾ هڪ هڪ ڪلاڪ جا ٻہ جدا جدا پروگرام مليا ويا هئا. ڪيس جيڪڏهن هڪ ڏينهن ۾ هڪ ڪلاڪ جو هڪ پروگرام ملي تہ بہ هوءَ خوشقسمت چئبي. ڪجهہ عرصو اڳ براڊوي Broadway تي ڪم ڪرڻ دوران هوءَ آڊيشن مئري Audition Mary جي نالي سان مشهور هوندي هئي.

شايد توهان جم ڊزرائلي Disraeli جا چيل لفظ پڙهيا هوندا تہ، "The Secret of success is constancy to purpose" ۽ هن قول ۾ سندس ويساهہ

هو. هوءَ ڏکن ڏاڪڙن ۾ ناڪام هوندي به لڳاتار ڪوشش ڪندي ۽ سگهندي رهي. هوءَ ايڏي گهٽي ۽ لڳاتار محنت کي نياپ چئي ڇڏي ڏئي ها ته به مٿس ڪا ميار ڪانه اچي ها ۽ سندس نالو ڪٿي به ڪونه ٻڌجي ها. پر هن ڪم ڪيو. وقت سان گڏجي، قوت برداشت ۽ همت جو مظاهرو ڪيو. نيٺ وڏي ڪشٽ ۽ ڪشالن کان پوءِ ماڻهو ڪيس خوشقسمت ۽ ڀاڳوند سڏڻ لڳا. جيڪڏهن هن معلومات ملڻ کان پوءِ ڪيس ڀاڳوند سڏي رهيا آهيو ته پوءِ توهان به ته خوشقسمت ٿجي سگهو ٿا ۽ پڪ آهي ته ضرور ٿيندا. پر اوهان ايتري محنت ڪريو جيتري مٿري مارٽن ڪئي هئي ۽ اوهان کي به اهڙي مهارت لاءِ ساڳي محنت ڪرڻي پوندي.

مناسب موقعو دستڪ کي ناهي روڪي سگهندو.

گهڻا ماڻهو ائين چوندا آهن ته ڪجهه سال ٿيندا جو ڪين ڪاميابي جو هڪ نادر موقعو مليو هو. ڪين دل ۾ اهو به ويساهه ويٺل آهي ته جيڪڏهن ڪاميابيءَ جو هڪ موقعو هٿن مان نڪري ويو ته ڪين وري اهڙو ٻيو موقعو ڪڏهن به ڪونه ملندو. ائين سوچڻ بيوقوفي آهي. موقعن جو تعداد ڪنهن جي به نالي ٿيل ڪونه هوندو آهي ۽ نه وري ڪنهن کي ڪڏهن ڪڏهن ملندو آهي. اهو ڪو تجارتي مال ڪونه آهي، جو ڪنهن گراهڪ جي حوالي ڪيو وڃي. اها ته ناڪامين جي هڪ موڙي آهي جيڪا پهرئين موقعي کان پوءِ ٻئي موقعي جي تلاش ۾ هوندي آهي ۽ "بخت فقط هڪ ڀيرو در کڙڪائيندو آهي." وارو تصور به هتان کان شروع ٿيو آهي.

والٽر مئلون Walter Malone هڪ ننڍڙو نظم لکيو هو جنهن جو عنوان هو "مناسب موقعو" Opportuonty هي نظم اهڙو آهي جو سيني کي ياد ڪرڻ گهرجي يا نه ته ضرور پڙهڻ گهرجي. گهرو سوچڻ ۽ ان ۾ چيل ڳالهين تي اعتبار ڪرڻ کپي. اهو نظم هن ريت آهي:

"اهي ماڻهو مون تي ڏاڍ تا ڪن. جيڪي چون ٿا ته ڪڙو کڙڪائڻ کان پوءِ جڏهن آئون اوهان کي اتي نه ڏسندو آهيان ته وري ڪونه ايندو آهيان.مان ته هر روز اوهان جي در ٻاهران اڀو بيٺو هوندو آهيان.۽ توهانکي ننڊ مان جاڳڻ، اٿڻ ۽ فتح لاءِ وڙهڻ واسطي پاڏائيندو آهيان.قيمتي موقعي جي هلئي وڃڻ کان پوءِ تون ماتم نه ڪجانءِ پنهنجي زوال کان پوءِ سونهري دور لاءِ هنجون نه هارجانءِ. مان هر رات جو ساري ڏينهن جي ڪار گذاري ساڙي ڇڏيندو آهيان. ٻئي ڏينهن سج اڀرڻ مهل هر زندگي نئين سر جنم

ونندي آهي. ڇا اوهان سخت مصيبتن سهڻ وارا جان نثار ماڻهو آهيو؟ اوهان جڏهن مشڪلاتن ۽ مصيبتن ۾ هوندا آهيو تہ خوش هوندا آهيو. ڇاڪاڻ تہ اوهان ائين چاهيندا آهيو تہ ماڻهو اوهان کي مصيبتن ۾ مرندو ڏسي اوهان تي افسوس ۽ رحم ڪن." ڊئونگ جيرولڊ چوي ٿو تہ:

"Some People are fond of ill luck that they run half way to meet it"

مان اهڙن ماڻهن کان واقف آهيان، جيڪي هنن ڳالهين کي سمجهي ڪونہ سگهندا آهن.اوهان پاڻ هن حقيقت بابت سوچي ويچاري ڏسو. مان سمجهان ٿو تہ پهرئين پيري پڙهڻ سان معلوم ٿيندو تہ اهو بيان عقل کان پري آهي تہ ڪي ماڻهو نياڳ گهري ونندا آهن ۽ اهڙا ماڻهو ان ئي قسم سان تعلق رکن ٿا. مون کي يقين آهي تہ توهان انهن ماڻهن مان نہ آهيو.

نياڳ يا بدقسمتي تي دانهن ۽ رڙين ڪرڻ بدران اوهان پنهنجي ڀاڳ بخت کي موٽائڻ لاءِ سخت محنت ۾ جنبي وڃو. جڏهن اوهان ڪنهن شيءِ کي هٿ ڪرڻ لاءِ سخت محنت ڪندا ۽ اها شيءِ اوهان کي حاصل ٿي ويندي تہ توهان کي پاڻ تي اچرج ٿيندو ۽ سمجهندا تہ اوهان ڪيڏا نہ ڀاڳوند آهيو. جيڪڏهن اوهان پنهنجي ڏاهپ ۽ ڄاڻ يا هنر کي ڪتب نہ آڻيندا تہ اوهان کي انهن مان ڪوبہ فائدو ڪونہ ٿيندو. ٻاهر نڪري وڃو ۽ ڪنهن نہ ڪنهن ڪم ۾ سرگرم ٿي وڃو، ۽ چنگهہ چنگهہ تي چاڙهي ويهي نہ رهو.

هن ڪتاب جي هر باب ۾ ڪي اهڙا نقطا آهن، جن وسيلي اوهان کي صحيح مشاهدي ڪرڻ، ڪنهن شيءِ کي سمجهڻ، صاف طريقي سان سوچڻ ويچارڻ، پنهنجي خيال کي ڪتب آڻڻ ۽ حقيقتن مان سکڻ جي صحيح معنيٰ ۾ مدد ملي سگهي ٿي. پر جيڪڏهن ٻاهر وڃي هنن ڳالهين مان ڪنهن فائدي جي ڪوشش نہ ڪئي تہ ڪوبہ فائدو ڪونہ ٿيندو. جيڪڏهن اوهان پنهنجي حالتن کي سڌارڻ ۾ سچا آهيو تہ اوهان ترقيءَ جو معراج ماڻي سگهو ٿا. انهيءَ لاءِ اوهان ڪنهن بہ ڪم ڪرڻ کان نہ ڊڄو. مون هن باب جي منڍ ۾ لکيو آهي تہ ماڻهوءَ لاءِ وڏ ۾ وڏ فائدو ڏکيو ڪم هئي جي سوچ فڪر ۽ طرز زندگيءَ کي تبديل ڪرڻ آهي. بدقسمتيءَ سان بہ ائين آهي. مون هتي بدقسمتيءَ جو لفظ ڪتب آندو آهي. ڇاڪاڻ تہ مان اهڙن گهڻن ماڻهن کي شخصي طور سڃاڻندو آهيان، جيڪي جيڪڏهن پنهنجي سوچ ۽ طرز زندگيءَ ۾ تبديلي آڻين ها تہ ڪين ناڪام نہ ٿيئو پوي ها يا انهن کي سندن موجوده حالت کان گهڻو وڌيڪ ڪامياب هئڻ کپي ها.

مان هڪ اهڙي بيزار ۽ بدخو جوڙي کي سڃاڻندو آهيان، جيڪي ساريءَ دنيا تي ڇڙيا وينا هوندا آهن. ڇاڪاڻ تہ اهي سمجهندا آهن تہ سندن ڏاهپ مان ڪو بہ فائدو ڪونہ ورتو آهي ۽ نہ وري ڪين سمجهيو ويو آهي. مان

سمجهان ٿو ته جيڪڏهن اهي ٻاهر وڃڻ کان ڊڄي ويا ۽ ڏاهپ کي ڪتب نه آندائون ته سندن عقلمنديءَ مان ڪير به فائدو حاصل ڪونه ڪندو. جيڪڏهن اهي هن اوسيئڙي ۾ ويٺا هوندا ته دنيا جا ماٺهو اچي، هنن جي در تائين دڳ ٺاهي ڇڏيندا سا ڳالهه ته ممڪن ئي ڪانه آهي. مان ڊڄان ٿو ته اهي ڊگهي اوسيئڙي کان پوءِ ويڳاڻا ۽ مايوس ٿي ويندا.

هڪ ڀيري هارورڊ بزنيس رويو Harvard Buisness Review هڪ ڇاپيل عنوان لکيو هو جيڪو هن ريت هو: "نهارڻ هڪ شيءِ آهي نهارڻ کان پوءِ ڪنهن شيءِ کي ڏسڻ ٻي ڳالهه آهي. ڪنهن کي ڏسڻ کان پوءِ سمجهڻ ٽين ڳالهه آهي."

ڪنهن شيءِ کي سمجهي انهيءَ مان ڪجهه سکڻ مختلف ڳالهه آهي. پر جيڪو ڪجهه اوهان سکيو آهي، تنهن تي سرگرميءَ سان عمل ڪرڻ ئي بنيادي ۽ اصل ڳالهه هوندي آهي.

مون کي احساس آهي ته اوهان هي سڀ پڙهي، اهو ڪجهه ڪندا جيڪو اڳي ڪندا آيا آهيو، يعني شڪايتون ڪندا وتندا ته "اوهان جو جنم ڪنهن بختاور ستاري جي ڇانوَ ۾ ڪونه ٿيو آهي. تنهنڪري ڪجهه به ڪري ڪونه ٿا سگهون. مان سمجهان ٿو ڪنهن ماڻهوءَ کي پنهنجن خيالن کان متاثر ڪرڻ يا اهڙا خيال ٻين جي دلين ۾ وهارڻ ڏاڍو ڏکيو ڪم هوندو آهي. پر مون کي پوري آس آهي ته توهان مان ڪي اهڙا ماڻهو آهن. جيڪي ڏنل صلاح مشوري مطابق هلندا.

هيءَ ڳالهه به ڌيان ۾ رکڻ گهرجي ته منهنجي خيالن سان فقط متفق هئڻ سان اوهان کي ڪوبه فائدو حاصل ٿي ڪونه سگهندو، هن ڳالهه کي ورجائڻ خراب لڳي ٿو. پر پوءِ به وري آئون چئي رهيو آهيان ته رڳو ڪنڌ ڌوڻي مون سان سهمت ٿيڻ ۽ منهنجي چوڻ مطابق عمل نه ڪرڻ ڏاڍو خراب ۽ ايترو خراب آهي، جڻ اوهان مون سان اتفاق نه، پر اختلاف راءِ رکو ٿا. جيڪڏهن اوهان اهو سوچيو ٿا ته انهن خيالن تي ڪڏهن نه ڪڏهن ضرور عمل ڪندا. اها به بيڪار ڳالهه آهي. جيڪڏهن اوهان هن وقت ڪجهه نه ٿا ڪري سگهو ته ڪڏهن به ڪري ڪونه سگهندا.

هتي آئون اوهان کي وليم جئمس جا چيل لفظ ٻڌائي رهيو آهيان ته: "ڪنهن ماڻهوءَ وٽ ڀلي ڪيترا به گهڻا اصطلاح ۽ استعارا هجن ۽ سندس جذبا ڪيترا به سٺا هجن، پر جيڪڏهن هن مناسب موقعي مان فائدو نه ورتو آهي ۽ عملي سرگرميءَ جو مظاهرو نه ڪيو آهي ته بهتري لاءِ سندس ڪردار غير مؤثر هوندو. دوزخ ڏانهن ويندڙ رستي جي فرشبندي فقط خواهشن سان ٿيل هوندي آهي."

باب چوٽيهون

شروعات ڪڏهن ڪرڻ گهرجي؟

آمريڪا جي وائلن Violin جي هڪ عظيم فنڪار جو خيال هو ته جيڪڏهن هو پنهنجي وائلن وڄائيندو ته ماڻهو ته ٺهيو پر جهنگ جا جانور به جهومڻ لڳندا. پنهنجي دوستن ۽ مٽن مائٽن جي جهلڻ کان پوءِ به هن فيصلو ڪيو ته بنا ڪنهن هٿيار فقط وائلن کڻي آفريڪا جي جهنگن ۾ ويندو ۽ انهيءَ سان پنهنجو سر بچاءُ ڪندو. هن آفريڪا جي گهاٽي ٻيلي ۾ وڃي هڪ صاف پٽ ۾ ويهي وائلن جو مڌر سر ڇيڙيو. هاٿي سندس بوءِ سنگهي مٿس حملو ڪيو. پر جڏهن وائلن جو مٺڙو سر سندس ڪنن تي پيو ته هو ويهي رهيو ۽ وائلن جو من موهيندڙ سُر ٻڌڻ لڳو.
وڻ تي ويٺل هڪ چيتي به سندس بوءِ تي وات کولي مٿس جَلهه ڪئي، پر وائلن جو مٺڙو سر ٻڌي ڪنڌ جهڪائي ويهي رهيو. ٿوري وقت کان پوءِ هڪ شينهن آيو. جيڪو هنن جانورن سان گڏجي هن سر تي جهومڻ لڳو. وائلن وڄائڻ واري کو هٿيار ڪونه هو. هُو وائلن وڄائيندو رهيو. ان کان پوءِ هڪ واگهه ٽپ ڏئي وڻ تان هيٺ لٿو ۽ وائلن وڄائڻ واري تي حملو ڪري کيس کائي ڇڏيائين. جنهن وقت هو وائلن واري جي گوشت جي ٻوڪن تان رت چٽي رهيو هو ته ٻيئل جانور وٽس آيا ۽ کيس چيائون ته، "تون ههڙي پياري ماڻهوءَ کي ڇو ماريو؟ هي ته مٺڙي سر سان وائلن وڄائي رهيو هو."
واگهه کن کڙا ڪري کين وراڻيو ته، "شايد اوهان مون کي ڪجهه چيو؟"

مون هن ڪتاب ۾ هڪ ڳالهه تمام گهڻي ورجائي آهي ته جيڪڏهن اوهان هن ڪتاب ۾ ڏنل مشورن کي هڪ ڪن کان ٻڌي ٻئي کان ڪڍي

ڇڏيو ته پوءِ انهن کي استعمال نه ڪيو ۽ نه وري اهڙي ڪا ڪوشش ڪريو جو ته اهڙيون صلاحون مشورا اوهان کي ڪوبه فائدو ڏئي ڪونه سگهندا.

متي بيان ڪيل ٽوٽڪو مون کي هڪ دوست ٻڌايو هو جيڪو متي بيان ڪيل ڳالهه لاءِ هڪ بهترين مثال آهي. بدقسمتيءَ جي ڳالهه اها آهي ته بهترين موسيقي جيڪڏهن ٻڌي نه وڃي ته بلڪل بيڪار آهي. ساڳيءَ ريت سٺن نظرين ۽ خيالن کي جيڪڏهن عملي طور استعمال نه ڪبو ته اهي به بيڪار آهن.

مون سکڻ واري باب ۾ هن ڳالهه تي زور ڏنو هو ته ڪنهن ڪم ڪرڻ، ڪوشش ڪرڻ يا سکڻ جي فقط خواهش رکڻ ڪافي ڪانه هوندي آهي. حقيقت اها آهي ته اهڙن نظرين ۽ خيالن کي عملي طور ڪتب آڻو آهي.

ابراهام لنڪلون Abraham Lincoln چيو آهي ته، ڪاميابيءَ لاءِ اوهان جو پڪو ارادو، ٻيءَ هر شيءِ کان وڌيڪ اُتم آهي." جيڪڏهن اوهان هن ڪتاب ۾ موجود صلاحن ۽ مشورن تي لڳي ڪنهن عملي ڪم جو پڪو ارادو ڪريو ٿا ته ان مان به ڪو ايترو فائدو ڪونه آهي. اهڙيون ڳالهيون اوهان جي ڏنڌي، سماجي زندگي ۽ روزمره جي ڪم ۾ مددگار ثابت ٿي سگهن ٿيون.

اسان جڏهن پنهنجيءَ راهه ۾ رڪاوٽون ڏسندا آهيون ته اسان ۾ پنهنجي پراڻي عادت موٽي ايندي آهي. پر ياد رکو ته ائين ڪرڻ مان اوهان کي ڪوبه فائدو حاصل ڪونه ٿيندو ۽ اوهان جي رستي مان اهڙيون مصيبتون ۽ مشڪلاتون هٽي ته ڪونه وينديون. جان نيل John Neal جو بيان آهي ته "لغڙ هوا جي طرف مطابق نه، پر مخالف طرف متي اُڏندو آهي."

جيڪڏهن اوهان هن ڳالهه کي هنيانءَ سان هنڊائيندا ته اهڙيون مشڪلاتون ۽ مصيبتون ڪاميابيءَ ڏانهن وڃڻ لاءِ ڏاڪا ثابت ٿينديون ۽ اوهان جي گهٽي رستي روڪ نه ڪندا. ان سان اوهان کي نه پار ڪرڻ جهڙين رنڊڪن پٿر جي ڏاڪن ۽ نڪيڙ ۽ نچوندي ڪرڻي پوندي. ٻنهي جي موجود فرق کي سمجهڻ نهايت ضروري آهي.

جيڪڏهن مصيبتون پار ڪرڻ جهڙيون نه آهن ته انهن کي پار ڪرڻ ۾ اجايو وقت نه وڃايو. ڊاڪٽر ٿيوڊور آر. وٽن ڊيلنِ لکيو آهي ته، "جيڪڏهن صورتحال کي بدلائي نه ٿو سگهجي ته پوءِ اوهان پنهنجي سگهه کي اجايو نه وڃايو."

ناگزير شيءِ کي قبول ڪريو. جيڪڏهن اوهان ائين ڪيو ته چڻ پاڻ

کي گهڻين مايوسين ۾ مٿي جي سور کان بچائي ورتو ڇو ته توهان هرشيءِ ته حاصل ڪري ڪونه سگهندا. هن لاءِ هڪ ڏاهي ماڻهو برٽرينڊ رسل Bertrand Russel ڏاڍو صحيح چيو آهي ته، ”ڪن شين کان محروم هجڻ به اوهان جي خوشين جو هڪ لازوال حصو آهي.“

مان هيءَ ڳالهه وري به ورجائي رهيو آهيان ته جيڪڏهن اوهان عملي طور ڪجهه ڪندا ته اوهان جا ڪيترا مسئلا اطمينان بخش طريقي سان حل ٿي سگهن ٿا ۽ اوهان پنهنجا مقصد به سولائي سان ماڻي سگهو ٿا. اوهان پنهنجي رستي صاف ٿيڻ تائين ڪنهن اوسيڙي ۾ نه وهو. اوهان جي ٿوري سرگرمي به اڃرج جهڙيون شيون پيدا ڪري سگهي ٿي. توهان جي سرگرمي ڪنهن ٻي سرگرميءَ کي جنم ڏيندي، هن کي ٻين لفظن ۾ هن ريت به چئي سگهجي ٿو ته هڪ عملي ڪم مان ٻيو عملي ڪم پيدا ٿي پوندو آهي.

ڪنهن ڀاڳ ديويءَ جي آجيان لاءِ ڪنهن هڪ جاءِ تي ويهي سندس اچڻ جو اوسيڙو ناهي ڪيو ويندو. توهان جو فرض آهي ته ٻاهر وڃو ۽ ان جي جستجو ڪريو. مشهور مسخري استيفن ليڪاڪ Stepen Leacock چيو آهي ته منهنجو قسمت ۾ وڏو ويساهه آهي. مان جنهن شيءِ کي ڏکيو سمجهندو آهيان ته ان کي ور ڏئي به ڪندو آهيان ۽ اهوئي منهنجو پلو ڀاڳ آهي.

مان اوهان ۾ پاڻ تي ويساهه ڪرڻ وارو جذبو ڦوڪيو آهي ته اوهان پاڻ سوچيو ويچاريو. مان اوهان کي اهو مشورو ڪونه ٿو ڏيان ته اوهان ٻناڪي يا غيرمقلد بڻجي وڃو. ڪنهن انسان جي پر ڪشش شخصيت خود اعتماديءَ ڪري هوندي آهي. پر پاڻ تي حد کان وڌيڪ اعتماد ڪرڻ به هاڃيڪار آهي. هيءَ ڳالهه به ياد رکڻ گهرجي ته گهڻن معاملن ۾ ڪم خوشيءَ جو هڪ وسيلو هوندو آهي. جيڪڏهن اوهان منفرد ۽ بهتر انسان ٿيڻ ٿا چاهيو ته پاڻ کي تمام گهٽو نه سمجهو.

موجوده دور جي وڏي خوبي ٻين ماڻهن کي متاثر ڪرڻ آهي. هن ڪتاب ۾ شخصيت تي به هڪ باب لکيو ويو آهي، جنهن مان اوهان کي مدد ملي سگهي ٿي ته باوقار شخصيت ڪهڙي طريقي سان بڻجي سگهجي ٿو. مان هيءَ ڳالهه مٿي پڻ بيان ڪري آيو آهيان ۽ وري به چئي رهيو آهيان ته ٻين تي رحم ۽ ٻاجهه ڪريو ته اهي به اوهان مٿان رحم ۽ ٻاجهه ڪندا. مان پنهنجي ڳالهه کي ايگر البرٽ گيسٽ Edgar Albert Guest جي هيٺين لفظن کان وڌيڪ ڪونه ٿو سمجهان:

مون کي ٿورڙو ٻاجهارو ٿيڻ ڏيو

مون کي تورو نابين تيڻ ڏيو
جن منهنجي آڏو کي ڏوهہ کيا آهن
تن جي توري وڏيڪ ساراهہ ڪرڻ ڏيو.

ڇا اوهان ڏهن سالن وارو اڳيون بهانو اڄ بہ ڏئي سگهو ٿا؟

مان سمجهان ٿو تہ "جيڪو ڪجهہ ڪرڻو آهي هاڻي جو هاڻي ڪريو. Do it now بابت ڪيئي ڳالهيون پڙهڻ ۾ اچن ٿيون. انهن مان هيءَ ڳالهہ بہ مشهور آهي تہ هڪ ڪمپنيءَ جي مالڪ "Do it now" جا لفظ لڪائي آفيس جي دروازي تي ٽنگي ڇڏيا هئا ۽ سوچيو هئائين تہ انهن تي آفيس ۾ بحث ڪيو ويندو. ٻئي ڏينهن ڪمپني جو اڪائونٽنٽ سڀ پئسا کڻي هليو ويو. ڪلرڪ وري سندس زال کڻي گم ٿي ويو. ڪمپنيءَ جو ٻيو بہ هڪ اهم ۽ اعتبار وارو ملازم سندس نوڪري ڇڏي وڃي ٻي سٺي نوڪريءَ سان لڳو. اسان ٻين ڳالهين کي ڇڏي "جيڪو ڪجهہ ڪرڻو آهي سو هاڻي ڪريو" ڏانهن اچون تہ اهي لفظ ڏاڍي سهڻي خيال جا مظهر آهن.

جيڪڏهن اوهان ڪو نئون هنر يا ڌنڌو سکڻ ٿا چاهيو تہ اڄ سياڻي ڪرڻ بدران ان کي اوهان هاڻي جو هاڻي شروع ڪري ڏيو. جيڪڏهن اوهان ڪا رقم بانڊن، انشوئرنس يا ڪنهن فنڊ ۾ بچت ڪرڻ چاهيو ٿا تہ ان ۾ بہ دير نہ ڪريو. مان ڄاڻان ٿو تہ هاڻي جو هاڻي نہ ڪرڻ لاءِ عام طور اهو بهانو ڪيو ويندو آهي تہ "اڙي يار! انهيءَ ڪم جي سکڻ ۾ تہ ڪيئي سال لڳي ويندا "يا چوندا تہ"، اهو فنڊ تہ الائي ڪيترن سالن ۾ اسان کي واپس ملندا."

اهو نتائڻ واري ڪوڙڪي کان بچڻ جو هڪ طريقو آهي. بهاني ڪرڻ وارو اهو عرصو اڄ کان وڌ ۾ وڌ ڏهہ سال ٿي سگهي ٿو. ٻي طريقي سان رکيل رقم بہ اهو ساڳيو عرصو وٺي ويندي. نئين هنر سکڻ ۾ بہ پنج سال لڳي وڃن ٿا يعني جيڪڏهن اهو هنر اڄ کان سکڻ شروع ڪبو تہ پڙ تيڻ ۾ پريا پنج سال لڳي ويندا. توهان سکڻ جي انتظار ۾ سکڻ واري عرصي کي گهٽائي تہ ڪونہ سگهندئو. جيڪڏهن اوهان رقم سيڙائڻ جي انتظار ۾ ويٺل هوندا تہ ان مان بہ اوهان کي ڪهڙو فائدو ٿيندو؟

اوهان کي جيڪو بہ ڪرڻو آهي سو هاڻي ڪريو يا وري جان گرين ليف وٽيئر Jhon Green Leaf Whittier جا چيل لفظ ياد رکو.

"چپ جا چيل لفظ هجن يا پين سان لکيل لفظ، پر وڏيڪ ڏکوئيندڙ

لفظ هي آهن، ڪاش! آئون جيڪر ائين ڪريان ها!"

مون کي هاڻي پڪ ٿي وئي آهي تہ اوهان مون سان متفق ٿي چڪا هوندا ۽ اوهان جو دماغ اوهان جي زندگيءَ تي ضابطي رکڻ ۾ ضرور سوپارو ٿيو هوندو. هن ڪتاب ۾ بيان ٿيل خيالن کي عملي زندگيءَ ۾ نافذ ڪري ڏسو ۽ ائين ڪرڻ سان اوهان کي اڻ مئي خوشي حاصل ٿيندي.

جيڪڏهن مان اوهان کي سيکارڻ ۾ ڪامياب ٿي ويس تہ سمجهو تہ اها ڪاميابي، خوشحال زندگيءَ ڏانهن وڃڻ لاءِ رهبري ڪندي. جيڪڏهن اوهان ائين ڪيو تہ سمجهندس تہ مون پنهنجي زندگي جو مقصد حاصل ڪري ورتو.

مان شيڪسپيئر جي هنن لفظن سان بلڪل متفق آهيان تہ، "ڪابہ سٺي ۽ خراب شيءِ ڪانہ آهي. پر انسان جي سوچ ائين بڻائي ڇڏيو آهي."

پبلشر پاران

اپريل 2000ع ۾ حيدرآباد ۾ هڪ گڏجاڻي ذريعي دراوڙ پبليڪيشن جو بنياد وڌو ويو هو. دراوڙ پبليڪيشن لاءِ رٿيل گڏجاڻيءَ ۾ شريڪ ميمبر ان راءِ جا هئا تہ سنڌ ۾ اهي ڪتاب لکيا ۽ ڇپايا نہ ٿا وڃن، جن جي سنڌ جي نئين نسل کي پڙهڻ ۽ پڙهائڻ جي ضرورت آهي. ان کان وڌيڪ تہ سنڌ، جنهن کي موهن جي دڙي جي صورت ۾ دنيا جي قديم ترين تهذيب هئڻ جو فخر توڙي مرتبو حاصل آهي، ان بابت اڃا ڪيترين ئي ڳالهيون ۽ مامرا پراسرار بڻيل آهن. سنڌ جي تاريخ اڃا تائين لکي نہ وئي آهي. جيڪا ڪجهہ لکيل آهي ان جا ماخذ گهڻو ڪري درباري ۽ ديس دروهي تاريخ نويس آهن. ڪجهہ سياحن، جن جا مشاهدا هڪ حد تائين غير جانبدار ٿي سگهن ٿا- کي ڇڏي باقي ہي تاريخ ڪٿي گم ۽ ڪٿي مبهم آهي. عربن جي دور کان اڳ جي سنڌ جي تاريخ تي اڃا تائين پردو پيل آهي ۽ موهن جي دڙي جي حقيقت تہ ان کان بہ وڌو اسرار بڻيل آهي. راجا ڏاهر جي ڀيڻ سان شاديءَ وارو الزام ۽ عربن جي سنڌ تي ڪاهہ جا سبب اڃا چندچاڻ جي مرحلي مان گذرڻا آهن.

موهن جي دڙي جي معمي سميت سنڌ بابت جيڪي بہ اڻ نبريل علمي عقلي يا تحقيقي مسئلا آهن. انهن تي اڄ سنڌ ۾ ڪوبہ ڪم نہ پيو ٿئي. هن وقت تائين سنڌ تي جيڪو سنڌ کان ٻاهر وينل يا سنڌ ۾ ٻاهران آيل (يونانين، عربن ۽ انگريزن خاص ڪري) جيڪو ڪجهہ ليکو آهي اهو ترجمو نہ ٿيو آهي.

جس آهي عطا محمد ڀنڀري صاحب کي جنهن سنڌ بابت لکيل هڪ سئو کان وڌيڪ اهي ڪتاب ترجمو ڪيا آهن، جن کي بنيادي ڪتاب (Source books) چئي سگهجي ٿو. دراوڙ پبليڪيشن جو قيام مٿي ڄاڻايل سڀ کي سلجهائڻ لاءِ رٿيل ڪوششن جي پهرين ڪڙي آهي. ٿيڻ تہ ائين گهربو هو تہ بنگال جي رايل ايشيا تڪ سوسائٽي وانگي سنڌ ۾ بہ ڪا هسٽاريڪل سوسائٽي قائم ڪئي وڃي پر سنڌ ۾ وليم جونس جهڙا ماڻهو ڪٿان اچن. پوءِ بہ اسان عطا محمد ڀنڀري جي اڳواڻي ۾ هي پبليڪيشن لطيف جي هن بيت کي آڏو رکندي قائم ڪئي آهي.

هڙ ۾ ڪين هئون، هون ئي هُن نہ چاڙهيا،
سارو ڏينهن سمونڊ تي، لهي سڄ وڃون،
جڏهن سائين سڀ ڪيون، سنڌ ٿيا سيد چئي.
(شاهہ)

سيڪريٽري

دراوڙ پبليڪيشن

ڇا اوهان پنهنجي شخصيت کي اثردار بڻائڻ چاهيو ٿا. ڇا اوهان پنهنجي عقل اُتم- اعتبار سان زندگي جي هر راس ۾ ٻين کان اڳتي رهڻ چاهيو ٿا. ڇا اوهان زندگي جي هرهڪ مسئلي کي سمجهائي، حل ڪري، سڪون سان جيئڻ چاهيو ٿا، ڇا اوهان تعليم، ڪاروبار ۾ رات ڏينهن ترقي ڪرڻ چاهيو ٿا ته يقين رکو هيءَ ڪتاب اوهان جي قدم قدم تي مدد ڪندو.

دماغي طاقت جا راز هڪ اهڙو ڪتاب جيڪو آمريڪا، يورپ ۽ ايشيا جي مارڪيٽن ۾ لکن جي تعداد ۾ وڪاميو آهي. ۽ هن ڪتاب پڙهڻ کان پوءِ:

- کهڙي به عادت 24 ڪلاڪن اندر ڇڏڻ جا طريقا، پوءِ اها ڪيتري به گندي ڇو نه هجي.
- اوهان پنهنجي ارادي مطابق هڪ ئي وقت ڪيترين ڳالهيون ياد ڪري سگهو ٿا.
- ماڻهن کي قريب ٿيڻ جا راز جو هُو اوهان سان پيار ڪرڻ کان سواءِ رهي نه سگهن.
- آزمائي ڏسڻ جو طريقو ته اوهان ڪامياب انسان آهيو يا نه.
- روزمره جي شين کي کهڙي طريقي سان ڏسڻ گهرجي جن کي ٻيا ماڻهو عام رواجي شيون سمجهي ڌيان ڪونه ڏيندا آهن.
- هڪ ئي وقت سولائيءَ سان ۽ گهڻا فيصلا کهڙي طريقي سان ڪري سگهجن ٿا.
- پنهنجو پاڻ تي بي انتها ضابطو رکو ۽ پنهنجي دماغي طاقت جي راز جي مدد سان پنهنجي زندگي مان پسند جون شيون چونڊي ڪڍو.

پڙهندڙ نسُل . پَ نَ

The Reading Generation

1960 جي ڏهاڪي ۾ عبدالله حسين ” اُداس نسلين“ نالي ڪتاب لکيو. 70 واري ڏهاڪي ۾ وري ماڻڪَ ”لُڙهندڙ نسُل“ نالي ڪتاب لکي پنهنجي دورَ جي عڪاسي ڪرڻ جي ڪوشش ڪئي. امداد حُسينيءَ وري 70 واري ڏهاڪي ۾ ئي لکيو:

انڌي ماءُ ڄڻيندي آهي اونڌا سونڌا ٻارَ
ايندڙ نسل سَمورو هوندو گونگا ٻوڙا ٻارَ

هر دور جي نوجوانن کي اُداس، لُڙهندڙ، ڪَڙهندڙ، ڪُڙهندڙ، ٻَرندڙ، ڇُرندڙ، ڪِرَندڙ، اوسيئڙو ڪَندڙُ، ياڙي، ڪاٺُو، ياڄوڪَڙُ، ڪاوڙيل ۽ وِڙهندڙ نسلن سان منسوب ڪري سَگهجي ٿو، پَر اسان اِنهن سڀني وِچان ”پڙهندڙ“ نسل جا ڳولائو آهيون. ڪتابن کي ڪاڳر تان کڻي ڪمپيوٽر جي دنيا ۾ آڻڻ، ٻين لفظن ۾ برقي ڪتاب يعنىٰ e-books ناهي ورهائڻ جي وسيلي پڙهندڙ نسل کي وَڌڻ، ويجهڻ ۽ هِڪَ ٻِئي کي ڳولي سَهڪاري تحريڪ جي رستي تي آڻڻَ جي آسَ رکون ٿا.

پڙهندڙ نَسل (پَ نَ) ڪا بہ تنظيمَ ناهي. اُنَ جو ڪو بہ صدر، عُهديدار يا پايو وِجهندڙ نہ آهي. جيڪڏهن ڪو بہ شخص اهڙي دعوىٰ ڪري ٿو تہ پَڪَ ڄاڻو تہ اُهو ڪُوڙو آهي. نہ ئي وري پَ نَ جي نالي ڪي پئسا گڏ ڪيا ويندا. جيڪڏهن ڪو اهڙي ڪوشش ڪري ٿو تہ پَڪَ ڄاڻو تہ اُهو بہ ڪُوڙو آهي.

جَهڙيءَ طَرَح وڻن جا پَنَ ساوا، ڳاڙها، نيرا، پيلا يا ناسي هوندا آهن اَهڙيءَ طرح پَڙهندڙ نَسُل وارا پَنَ بہ مختَلِف آهن ۽ هوندا. اُهي ساڳئي ئي وقت اُداس ۽ پڙهندڙ، پَرندڙ ۽ پڙهندڙ، سُست ۽ پڙهندڙ يا وِڙهندڙ ۽ پڙهندڙ بہ ٿي سگهن ٿا. پين لفظن ۾پَنَ ڪا خُصوصيِ ۽ تالي لڳل ڪِلَب Exclusive Club نہ آهي.

ڪوشش اها هوندي تہ پَنَ جا سڀ ڪَم ڪار سَهڪاري ۽ رَضاڪار بنيادن تي ٿين، پر ممڪن آهي تہ ڪي ڪم اُجرتي بنيادن تي بہ ٿِين. اهڙي حالت ۾ پَنَ پاڻ هِڪَٻِئي جي مدد ڪَرڻ جي اُصولَ هيٺ ڏي وَٺُ ڪندا ۽ غيرتجارتي non-commercial رهندا. پَنَن پاران ڪتابن کي ڊِجيِٽائِيز digitize ڪرڻ جي عَملَ مان ڪو بہ مالي فائدو يا نفعو حاصل ڪرڻ جي ڪوشش نہ ڪئي ويندي.

ڪتابن کي ڊِجيِٽائِيز ڪرڻ کان پو ٻيو اهم مرحلو وِرهائڻ distribution جو ٿيندو. اِهو ڪم ڪرڻ وارن مان جيڪڏهن ڪو پيسا ڪمائي سگهي ٿو تہ ڀلي ڪمائي، رُڳو پَنَن سان اُن جو ڪو بہ لاڳاپو نہ هوندو.

پَنَن کي ڪُليل اڪرن ۾ صلاح ڏجي ٿي تہ هو وَسَ پٽاندڙ وڌِ کان وَڌِ ڪتاب خريد ڪَري ڪتابن جي ليکڪَن، ڇپائيندڙن ۽ ڇاپيندڙن کي هِمٿائِن. پر ساڳئي وقت عِلم حاصل ڪرڻ ۽ ڄاڻ کي ڦهلائڻ جي ڪوشش دوران ڪَنهن بہ رُڪاوٹ کي نہ مڃن.

شيخ اَيازَ علمَ، ڄاڻَ، سمجهہَ ۽ ڏاهپَ کي گيتَ، بيتَ، سِٽَ، پُڪارَ سان تَشبيهہ ڏيندي انهن سيني کي بَمن، گولين ۽ بارودَ جي مدِ مقابل بيهاريو آهي. اياز چوي ٿو تہ:

گيتَ بہِ جڻ گوريلا آهن، جي ويريءَ تي وار ڪَرن ٿا.

... ...

جئن جئن جاڙ وڌي ٿي جَڳَ ۾، هو ٻوليءَ جي آڙ ڇُپن ٿا؛

ريتيءَ تي راتاها ڪن ٿا، موٽي مَنجهہِ پهاڙ ڇُپن ٿا؛

... ...

ڪالهہَ هُيا جي سُرخ گُلن جيئن، اڄڪلهہ نيلا پيلا آهن:

گيتَ بہِ جڻ گوريلا آهن........

... ...

هي بيتُ اَٿي، هي بَم- گولو،

جيڪي بہ ڪٽين، جيڪي بہ ڪٽين!

مون لاءِ ٻنهي ۾ فَرَقُ نہ آ، هي بيتُ بہ بَمَ جو ساٿي آ،

جنهن رِڻَ ۾ رات ڪَيا راڙا، تنهن هَڏَ ۽ چَمَ جو ساٿي آ -

اِن حسابَ سان اڻڄاڻائي کي پاڻَ تي اِهو سوچي مَڙهڻ تہ ”هاڻي ويڙهہ ۽ عمل جو دور آهي، اُن ڪري پڙهڻ تي وقت نہ وڃايو“ ناداني‌ءَ جي نشاني آهي.

پَنَن جو پڙهڻ عام ڪِتابي ڪيڙن وانگر رُڳو نِصابي ڪتابن تائين محدود نہ هوندو. رڳو نصابي ڪتابن ۾ پاڻ کي قيد ڪري ڇڏڻ سان سماج ۽ سماجي حالتن تان نظر ڪڇي ويندي ۽ نتيجي طور سماجي ۽ حڪومتي پاليسيون policies اڻڄاڻن ۽ نادانن جي هٿن ۾ رهنديون. پَنَ نِصابي ڪتابن سان گڏوگڏ ادبي، تاريخي، سياسي، سماجي، اقتصادي، سائنسي ۽ ٻين

ڪتابن کي پڙهي سماجي حالتن کي بهتر بنائڻ جي ڪوشش ڪندا.

پڙهندڙ نَسُل جا پَنَ سيني کي **چو، چاالاءِ ۽ ڪيئن** جهڙن سوالن کي هر بَيانَ تي لاڳو ڪرڻ جي ڪوٺَ ڏين ٿا ۽ انهن تي ويچار ڪرڻ سان گڏ جوابَ ڳولڻ کي نہ رڳو پنهنجو حق، پر فرض ۽ اٹٽر گهرج unavoidable necessity سمجهندي ڪتابن کي پاڻ پڙهڻ ۽ وڌ کان وڌ ماڻهن تائين پهچائڻ جي ڪوشش جديد ترين طريقن وسيلي ڪرڻ جو ويچار رکن ٿا.

توهان بہ پڙهڻ، پڙهائڻ ۽ ڦهلائڻ جي اِن سهڪاري تحريڪ ۾ شامل ٿي سگهو ٿا. بَس پنهنجي اوسي پاسي ۾ ڏِسو، هر قسم جا ڳاڙها توڙي نيرا، ساوا توڙي پيلا پن ضرور نظر اچي ويندا.

> وڻ وڻ کي مون ڀاڪِي پائي چيو تہ ”منهنجا ڀاءُ
> پهتو منهنجي من ۾ تنهنجي پَنَ پَنَ جو پڙلاءُ“.
> - اياز (ڪلهي پاتم ڪينرو)